

## **Soveltavan liikunnan kehittämissuunnitelma 2014 – 2017**

### **Seinäjoen kaupunki**

Johanna Lähdesmäki

Opinnäytetyö  
Liikunnan- ja vapaa-ajan  
koulutusohjelma  
2014



<b>Tekijä tai tekijät</b> Johanna Lähdesmäki	<b>Ryhmätunnus tai aloitusvuosi</b> Lotmomu12
<b>Raportin nimi</b> Soveltavan liikunnan kehittämissuunnitelma 2014 – 2017, Seinäjoen kaupunki	<b>Sivu- ja liitesivumäärä</b> 53+4
<b>Opettajat tai ohjaajat</b> Jyrki Vilhu	
<p>Seinäjoen kaupungin soveltavan liikunnan kehittämissuunnitelman tavoitteena oli tuoda kehittämissuunnitelman muodossa soveltava liikunta lähemmäs kuntalaista ja tuottaa yhteistyöverkostoa alan toimijoiden kesken. Tähän työhön päädyttiin kehittämissuunnitelman tarpeella, johon tulisi sisällyttää myös teoria sekä peruskartoitus osuutta väestön tämän hetkisestä tilanteesta sekä rakenteesta kaupungissamme.</p> <p>Teoria osuus koottiin yhdeksi työn osioksi kesällä 2013. Syyskauden 2013 aikana haettiin tiedot eri väestöosuuksista ja tilanteesta sekä tavattiin eri sektoreiden edustajia yhteistyöpalavereiden merkeissä.</p> <p>Väestörakenteiden selvityksessä aloitettiin eri sektoreiden osuuksien ja tilanteiden kartoitus. Sen pohjalta luotiin kehittämistoimenpiteitä seuraavaa nelivuotiskautta ajatellen. Eri sektoreilta löydetty käytännöt asettivat suunnitelmalle raamit, joita lähdettiin kehittämään toimenpide-ehdotusten muodossa.</p> <p>Työn aikana nousseet toimenpide-ehdotukset olivat hyvin konkreettisia ja toteutus kelpoisia. Päällimmäisenä nousi esiin resurssien lisääminen sekä palveluketju kokonaisuuden parantaminen. Jokaisen sektorin kohdalta listattiin yksittäin kehittämistoimenpiteet, mutta erityisliikunnan työryhmän toiminnan tueksi tehtiin myös kehittämistoimenpidekaavio tukemaan työryhmän työskentelyä.</p> <p>Erityisliikunnan työryhmä seuraa vuosittain kehittämissuunnitelman edistymistä. Raportointi työn lopullisista tuloksista tapahtuu vuoden 2017 lopussa.</p>	
<b>Asiasanat</b> soveltava liikunta, erityisliikunta, kehittämissuunnitelma, Seinäjoen kaupunki	

15 April 2014

Degree programme in Sports and Leisure Management

<b>Authors</b> Johanna Lähdesmäki	<b>Group or year of entry</b> LotMomu12
<b>The title of thesis</b> ADAPTED PHYSICAL ACTIVITY DEVELOPMENT PROGRAMME 2014 - 2017 FOR SEINÄJOKI CITY	<b>Number of report pages and attachment pages</b> 53+4
<b>Advisor(s)</b> Jyrki Vilhu  <p>The purpose of this development program was to bring applied sports of Seinäjoki City closer to the citizens and produce connections between co-operation partners. The city of Seinäjoki had a need to develop and survey today's situation and structure of applied sports. The thesis also defines the status of applied sports in Finland.</p> <p>Theoretic part was collected to one piece in Summer 2013. During autumn 2013 we collected the information about the structure of population and had meetings with co-operation partners.</p> <p>When the structure of population was clarified, we started to survey how co-operation partners execute applied sports and also to find out the status of applied sports in their fields.</p> <p>Based on what we discovered, we created developing procedures for the next four years. Discovered practices et the frames which we started to develop with suggestions and that way got wider perspective of execution.</p> <p>Workgroup of applied sports follows the progression of development program. Reporting the finals results happens in the end of year 2017.</p>	
<b>Key words</b> applied sports, special exercise, development program, City of Seinäjoki	

# Sisällys

1	Johdanto .....	1
2	Soveltava liikunta.....	2
2.1	Määritelmä.....	2
2.2	Soveltavan liikunnan edistäminen sekä hallinto .....	3
2.3	Liikuntalaki.....	5
3	Seinäjoen kaupunki .....	6
3.1	Soveltava liikunta Seinäjoella .....	6
3.2	Soveltavan liikunnan resurssit liikuntapalveluiden vuosibudjetissa .....	7
3.3	Väestö .....	7
3.3.1	Eläkkeensaajat.....	8
3.3.2	Vammaisetuudet .....	8
3.3.3	Kuntoutusetuudet ja palvelut.....	9
3.3.4	Erityisoppilaat Seinäjoen perusopetuksessa .....	10
4	Soveltavan liikunnan kehittämissuunnitelma 2014 – 2017 .....	11
4.1	Kehittämistyöryhmä sekä taustaa .....	11
4.2	Toteutus.....	12
5	Seinäjoen liikuntapalveluiden hallinnonala .....	14
5.1	Kuntalaisten tukeminen omaehtoiseen liikuntaan .....	16
5.1.1	KUHA-Kurssinhallintajärjestelmä .....	19
5.2	Soveltavan liikunnan järjestötoiminta kaupungissa.....	20
5.2.1	Yhteistyö Järjestötalon kanssa .....	21
5.3	Soveltavan liikunnan keskeiset tilat.....	22
5.4	Soveltavasta liikunnasta tiedottaminen.....	23
5.5	Koulutus .....	23
6	Seinäjoen sosiaali- ja terveystoimi .....	24
6.1	Kuntouttavan liikunnan ryhmätoiminta.....	24
6.2	Palveluita tuottavien toimipisteiden liikuntatoiminnan kehittäminen .....	24
6.3	Sosiaali- ja terveystoimen koulutus liikunnallisen kuntoutuksen osalta .....	25
6.4	Kuljetuspalvelut kaupungissa.....	26
6.4.1	Palveluliikenne Nurmon ja Seinäjoen alue, Seili –liikenne.....	26

6.4.2	Palveluliikenne Peräseinäjoen alueella, Nopsa-palveluliikenne .....	26
6.4.3	Palveluliikenne, Ylistaron alue .....	27
7	Seinäjoen koulujen soveltava liikunnanopetus .....	28
7.1	Erityisoppilaiden liikunnanopetus.....	28
7.2	Koulutus .....	29
7.3	Kerhojen käyttö erityisopetuksessa olevien liikunnanopetukseen .....	29
8	Muiden Seinäjoen kaupungin hallinnonalojen toiminta soveltavassa liikunnassa .....	31
8.1	Yhteistyö kansalaisopiston kanssa.....	31
8.2	Yhteistyö nuorisopalveluiden kanssa.....	32
8.3	Yhteistyö teknisen sektorin kanssa .....	33
8.4	Yhteistyö sosiaali- ja terveystoimen oppilaitosten kanssa .....	34
9	Kehittämistoimenpiteet.....	36
9.1	Liikuntapalveluiden kehittämistoimenpiteet.....	36
9.2	Sosiaali- ja terveystoimen kehittämistoimenpiteet .....	38
9.3	Koulujen soveltavan liikunnanopetuksen kehittämistoimenpiteet .....	38
10	Pohdinta .....	40
	Lähteet.....	42
	Liitteet.....	47
	Liite 1. Seinäjoen kaupungin väestö osa-alueittain .....	47
	Liite 2. Kehittämissuunnitelman toteutuskaavio.....	50
	Liite 3. Seinäjoen Kaupungin viranhaltijaorganisaatio .....	51
	Liite 4. Seinäjoen Kaupungin Liikuntapalveluiden organisaatiokaavio.....	52
	Liite 5. Erityisryhmien Uinti- ja kuntosalikortin myöntämisperusteet, Kela-tunnukset .....	53

# 1 Johdanto

Erityisliikunnan juuret ulottuvat jo 1800-luvulle saakka, jolloin koululiikunnassa puhuttiin ja tavoiteltiin terveyttä edistävää liikuntaa sekä sairauksien ehkäisyä. Valtio ja kunnat ottivat vastuulleen erityisliikunnan 1980-luvulla ja ensimmäiset erityisliikunnanohjaajat palkattiin kuntiin 1984. Liikuntalaki on ollut suurena edistäjänä 1980-luvulta saakka erityisliikunnan saralla. (Rintala, Huovinen, Niemelä, 2012,11–12.)

Erityisryhmiin kuuluvat pitkäaikaissairaat, vammaiset sekä ikääntyneet henkilöt ja he tarvitsevat kohdennettuja palveluita. Se on heille mahdollistaja, mutta myös välttämättömyys. Useammat tahot vastaavat erityisliikunnan sekä sen tukitoimien järjestämisestä, mutta kunta on keskeinen toimia. (Piuspanen T. 2010. 12.) Liikunnan tuomalla hyödyllä saavutettaisiin terveydenhuollolle säästöjä jopa 250 miljoonaa euroa vuodessa. (Rintala, Huovinen, Niemelä, 2012, 38.)

Opinnäytetyö on Soveltavan liikunnan kehittämissuunnitelma Seinäjoen kaupungille vuosille 2014 – 2017. Työn tavoitteena on tuoda kehittämissuunnitelman muodossa soveltava liikunta lähemmäs kuntalaista ja tuottaa yhteistyöverkostoa alan toimijoiden kesken. Kehittämissuunnitelma on tehty liikuntapalveluiden strategian kanssa samassa linjassa ja on tukipilarina soveltavan liikunnan kehittyessä kaupungissamme.

Tämän opinnäytetyön tavoitteiden mukaisesti työ on koottu yhteistyössä erityisliikunnan työryhmän eri sektoreiden edustajien kanssa luomalla avoimempaa sekä toimivampaa palveluketjua soveltavan liikunnan saralla. Työssä on kartoitettu väestö pohjaa sekä selvitetty myös teoriaa soveltavasta liikunnasta, jolloin kehittämistyölle on luotu pohja.

## 2 Soveltava liikunta

Suomessa jopa yli miljoona ihmistä kuuluu erityisliikunnan piiriin. Määritelmä on hyvinkin laaja ja erilainen, ihmisistä jotka kuuluvat tähän ryhmään. Yli miljoona on suuri määrä ihmisiä, mutta heillä kaikilla tulisi olla tasavertaiset mahdollisuudet liikkua. (Mälkiä, Rintala, 2002, 6.)

Erityisliikunta sanana on jo hyvinkin tuttu Suomessa. Se mielletään pitkäaikaissairaiden sekä vammaisten liikuntana. Englanninkielisissä maissa on jo kuitenkin totuttu käyttämään sanaa soveltava liikunta (Adapted Physical Activity), joka on synonyymi erityisliikunnalle. Suomen koululiikunnassa sekä valtakunnallisissa järjestöissä soveltava liikunta on jo tuttu termi. Tätä termiä tulisi käyttää valtakunnallisesti myös muissa erityisliikuntaa tarjoavissa tahoissa, kuten kunnissa sekä kuntoutusta ja vapaa-ajan liikuntaa tarjoavissa yrityksissä, seuroissa. (Rintala, Huovinen, Niemelä, 2012,10.)

Seinäjoen kaupungin soveltavan liikunnan kehittämissuunnitelmassa siirrytään aiemmista vuosista poiketen käyttämään termiä soveltava liikunta. Näin ollen kehittämissuunnitelmassa otetaan huomioon kaikki kaupunkimme soveltavan liikunnan piiriin kuuluvat palvelujen tarjoajat sekä väestö. Tämä tuo ihmiset lähemmäksi toisiaan ja avaa mahdollisuuden entistä avoimempaan liikuntaan.

### 2.1 Määritelmä

Erityisliikunnan määritelmä on komitea mietinnössä 1996:15 esitetty seuraavasti:

”Erityisryhmien liikunnalla tarkoitetaan niiden väestöryhmien liikuntaa, joilla on vamman, sairauden tai muun toimintakyvyn heikentymisen tai sosiaalisen tilanteen vuoksi vaikea osallistua yleisesti tarjolla olevaan liikuntaan ja joiden liikunta vaatii soveltamista ja erityisosaamista.”

( Opetusministeriö 2003. 5.)

Soveltavan liikunnan piiriin lasketaan varsinkin vammaiset, pitkäaikaissairaat sekä iäkäävät yli 65-vuotiaat. Iäkkäistä henkilöistä osa on hyvinkin toimintakykyisiä, joten soveltavan liikunnan piiriin heidän osaltaan lasketaan kuuluvaksi ne henkilöt, joiden toimintakyky on selvästi heikentynyt sairauksien, vamman tai iän myötä. (Liikuntatieteellinen Seura, Soveltava liikunta, luettu 8.7.2013)

Vuonna 1999 voimaan tullessa liikuntalaissa on hyvin kuvattu lain merkitystä: ”Edistää väestön hyvinvointia ja terveyttä sekä edistää liikunnan tasa-arvoa ja suvaitsevaisuutta”. (Mälkiä, Rintala, 2002, 6.) Tämä pätee hyvin myös määritelmänä soveltavassa liikunnassa.

Soveltavalla liikunnalla pyritään vaikuttamaan johonkin tiettyyn osa-alueeseen, joka korostaa terveyttä ja toimintakykyä. Soveltava liikunta on pääosin kuntoutusta sekä kuntouttavaa liikuntaa, mutta myös soveltavaa liikuntakasvatusta, kunto- ja virkistysliikuntaa, kilpa- ja tulosurheilua sekä huippu-urheilua. (Liikuntatieteellinen Seura, Soveltava liikunta, luettu 8.7.2013)

## **2.2 Soveltavan liikunnan edistäminen sekä hallinto**

Soveltavan liikunnan sekä vammaisurheiluun liittyviä asioita käsitellään valtion tasolla valtion keskushallinnossa opetus- ja kulttuuriministeriössä. Ministeriö vastaa osana valtioneuvostoa koulutus-, tiede-, kulttuuri-, liikunta- ja nuorisopolitiikasta ja sen kehittämisestä sekä kansainvälisestä yhteistyöstä. Soveltavan koululiikunnan kehittämisestä vastaa myös opetushallitus. (Rintala, Huovinen, Niemelä, 2012, 496 - 497.)

Valtiossamme toimii liikuntaneuvosto, joka liikuntalain perusteella toimii asiantuntijaelimenä opetus- ja kulttuuriministeriön alla. Myös soveltavalla liikunnalla on oma asiantuntijaelimensä, joka toimii liikuntaneuvoston alaisena ja on nimeltään erityisryhmien liikunnan jaosto. Lain mukaan jaoston tehtävänä on seurata liikunnan kehitystä, tehdä esityksiä ja aloitteita liikunnan kehittämiseksi sekä antaa lausuntoja määrärahojen käytöstä ja arvioida liikunnan alueella valtionhallinnon toimenpiteiden vaikutusta. (Rintala, Huovinen, Niemelä, 2012, 497–498.)



Yllä olevien tehtävin lisäksi jaosto järjestää alan yhteisöjen kanssa vuosittain muun muassa koulutustilaisuuksia, huolehtii eri järjestötahojen koulutuksen yhteen sovittamista sekä välittää tietoa eri hallintokunnille, alan järjestöjen ja laitosten kesken. Soveltavan liikunnan koulutusta valmistelee erityisliikunnan koulutustyöryhmä. (Rintala, Huovinen, Niemelä, 2012, 498.)

2000-luvulla liikuntapolitiikan keskeisenä tavoitteena on ollut taata kaikille tasavertaiset mahdollisuudet harrastaa liikuntaa. Liikunnan harrastaminen on nähty olennaisena osana yksilön sekä yhteiskunnan hyvinvointia. Heikoimmassa osassa olevien väestöryhmien liikuntaan on kiinnitetty erityistä huomiota. Liikuntapalveluiden järjestämisestä sekä kansalaistoimintaa sekä niiden kehittämistä on haluttu tukea. Resursseja on pyritty kohdentamaan erityistä tukea tarvitsevien ihmisten liikuntaan. Soveltavan liikunnan ja sen aseman vahvistamista ovat nämä kaikki toiminnot tukeneet. Tällä pyritään vahvistamaan liikunnan asemaa osana yhteistä ja kaikille avointa liikuntaa. (Rintala, Huovinen, Niemelä S, 2012, 498.)

Poliittinen päätöksenteko ohjaa kuntia liikuntapalveluista puhuttaessa sekä järjestäessä. Kunnanvaltuustolla on ylin valta päätöksenteossa, mutta päätöksiä valmistelee kunnanhallitus sekä alempana lautakunta. Julkisten palveluiden tuottamista johtavat lautakunnat. (Rintala, Huovinen, Niemelä, 2012, 500.)

Merkittävä osa kuntien päätöksenteossa on virkamiesvalmistelut. Suuressa osassa kuntia soveltavan liikunnan virkamiesvalmisteluista vastaa erityisliikunnanohjaaja, erityisliikunnan suunnittelija tai koordinaattori. Hänellä on tärkeä ja aktiivinen osa kunnan soveltavan liikunnan kehittämisestä sekä toiminnasta ja informoinnista poliittisille päättäjille. (Rintala, Huovinen, Niemelä, 2012, 500.)

Kunnallisessa palveluntarjonnassa korostuu entisestään ikääntyvien liikunta sekä soveltava liikunta. Nykypäivänä kunnat pyrkivät entistä tehokkaammin säästöihin sekä palveluiden tehostamiseen. Näin ollen soveltavan liikunnan luonteivia yhteistyökumppaneita ovat kolmannen sektorin toimijat sekä liikunta-alan yritykset. Myös kuntien sosi-

aali- ja terveystoimi sekä opetustoimi ovat luontevia kumppaneita. (Rintala, Huovinen, Niemelä, 2012, 500.)

## **2.3 Liikuntalaki**

Eduskunnan päätöksen mukaan on säädetty liikuntalaki, jonka tarkoitus on seuraava:

”Tämän lain tarkoituksena on edistää liikuntaa, kilpa- ja huippu-urheilua sekä niihin liittyvää kansalaistoimintaa, edistää väestön hyvinvointia ja terveyttä sekä tukea lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä liikunnan avulla. Lisäksi lain tarkoituksena on liikunnan avulla edistää tasa-arvoa ja suvaitsevaisuutta sekä tukea kulttuurien moninaisuutta ja ympäristön kestävää kehitystä.” (Liikuntalaki, luettu 8.7.2013)

Lain tarkoituksena on siis edesauttaa terveyttä ja hyvinvointia ja näin myös tukea lasten ja nuorten kehitystä ja kasvua liikunnan avulla. Tämä antaa myös kunnille selkeän toiminta- sekä edistämismallin. Laissa on määritelty kunnan luomaan edellytyksiä kuntalaisten liikunnalle kehittämällä yhteistyötä ja terveyttä edistävää liikuntaa, tukemalla toimintaa sekä tarjoamalla liikuntapaikkoja, mutta myös järjestämällä liikuntaa huomioon ottaen erityisryhmät. (Kunnat. Liikunnan asema lainsäädännössä. Luettu 15.10.2013)

### 3 Seinäjoen kaupunki

Seinäjoen kaupunki on kasvava kaupunkikeskus Etelä-Pohjanmaalla. Elokuun lopussa 31.8.2013 Seinäjoen epävirallinen väkiluku oli 60 071. Virallinen tilasto väkiluvusta 31.12.2012 oli 59 556. Keskimäärin kasvu on 1,5 prosenttia vuodessa. Väestöennusteen mukaan vuoteen 2020 mennessä Seinäjoen kaupungin väkiluku olisi 66 000 asukasta. (Seinäjoen kaupunki. Seinäjoen kaupunkistrategia 2013 – 2020. Luettu 15.10.2013.)

Valtuuston elokuussa 2013 hyväksymän kaupunkistrategian 2013 – 2020 tärkein tavoite on ”turvata kaupungin asukkaille hyvät ja kehittyvät kunnalliset peruspalvelut”. Strategiaan on listattu millä hyvät ja kehittyvät peruspalvelut turvataan: menestyvillä ja kasvavilla yrityksillä, vetovoimaisella, viihtyisällä ja kulttuurisesti rikkaalla elinympäristöllä, osaavalla, vastuullisesti ja monipuolisesti yhteistyötä tekevällä kaupunki organisaatiolla, vastuuta kantavilla, aktiivisilla ja osallistuvilla asukkailla sekä kestävällä taloudella. (Seinäjoen kaupunki. Seinäjoen kaupunkistrategia 2013 – 2020. Luettu 15.10.2013.)

#### 3.1 Soveltava liikunta Seinäjoella

Soveltavaa liikuntaa yleisesti tarjoaa Seinäjoen kaupungissa kaupungin liikuntapalvelut. Muita soveltavan liikunnan tarjoajia ovat kansalaisopisto, urheiluseurat sekä erilaiset yhdistykset. Kaupungin sosiaali- ja terveystoimi tarjoaa kuntouttavaa liikuntaa toimintaa pienryhmissä.

Seinäjoen kaupungin liikuntapalvelut-yksikön tavoitteena on tarjota kaikille avointa liikuntaa. Liikuntapalvelut järjestää ensisijaisesti liikuntaa erityisryhmille sekä iäkkäille, mutta toimii myös koordinoijana soveltavan liikunnan osalta eri toimijoille ja asiakaskunnalle. (Seinäjoen kaupunki. Liikuntapalvelut, Luettu 15.10.2013)

Liikuntapalvelut tukee järjestöjä sekä urheiluseuroja soveltavan liikunnan osalta jakaen vuosittain soveltavan liikunnan kohdeavustusta sekä liikuntaseurojen toiminta-avustusta. Kohdeavustusta voi hakea mikä tahansa yhdistys ja toiminta-avustusta pai-

kalliset liikuntaseurat, jotka perustellusti hakee määrärahaan mennessä tukea liikunnalliseen toimintaansa. (Seinäjoen kaupunki. Liikuntapalvelut, Erityisliikunnan avustus. Luettu 15.10.2013.) Soveltavan liikunnan kohdeavustus tunnettiin ennemmin nimellä erityisliikunnan kohdeavustus, mutta nimi muutettiin keväällä 2014 soveltavan liikunnan kohdeavustukseksi.

### **3.2 Soveltavan liikunnan resurssit liikuntapalveluiden vuosibudjetissa**

Liikuntapalveluiden vuosibudjetti koko kaupungin taloudessa oli 6 969 300€ (netto) vuonna 2013. Vuodelle 2014 talousarvioon on budjetoitu 6 717 000€. Soveltava liikunta kuuluu liikuntapalveluiden liikunnanohjauksen alle eikä soveltavalle liikunnalle ole erikseen budjetoitu menokohtaa. (Seinäjoen kaupunki. Liikuntapalvelut. Budnetti. Luettu 1.7.2013)

Liikunnanohjauksen vuosibudjetti vuonna 2013 oli 186 300€ (netto) ja vuodelle 2014 vuosibudjettiin olisi budjetoitu 217 200€(netto). Liikunnanohjauksen menokohtaan kuuluu mm. palkat sosiaalikuuluineen, painatukset ja ilmoitukset, kalusto, vaatteistus sekä muut avustukset yhteisölle, joka on erityisliikunnan kohdeavustus 5000€. (Seinäjoen Kaupunki. Liikuntapalvelut. Budnetti. Luettu 1.7.2013)

Soveltavalle liikunnalle jaettavaa kohdeavustusmäärärahaa korotettiin vuonna 2011 2000€. Näin ollen avustus nousi 3000 eurosta 5000 euroon. Vuoden 2014 vuosibudjetissa avustus on edelleen 5000€ eivätkä säästöpainet taloudessa ole kohdistuneet järjestöille jaettavaan kohdeavustukseen.

### **3.3 Väestö**

Seinäjoen kaupunki tilastoissa osoittaa seuraavat väestöjakaumat:

Väkiluku (31.12.2013)	59 556
0 – 14 -vuotiaiden osuus	18,3 %
15 – 64 -vuotiaiden osuus	65,1 %
65 vuotta täyttäneiden osuus	16,6 %

Ulkomaalaisten osuus väestöstä 1,5 %  
( Tilastokeskus. Luettu 3.10.2013)

31.8.2012 mennessä on myös tilastoitu väestö osa-alueittain Seinäjoen kaupungissa. Tilasto osa-alueittain löytyy liitteestä 1.

### **3.3.1 Eläkkeensaajat**

Vuonna 2012 eläkkeensaajia Seinäjoella oli yhteensä 14 164 henkilöä. Heistä vanhuuseläkkeellä oli 10 919 henkilöä, työkyvyttömyyseläkkeellä 2 455 henkilöä, työttömyyseläkkeellä 86 henkilöä ja maatalouden erityiseläkkeellä 223 henkilöä. Perhe-eläkettä saivat yhteensä 2 811 henkilöä jakautuen leskeneläkkeeseen 2 580 henkilöä ja lapseneläke 231 henkilöä. Osa-aika eläkkeellä vuoteen 2012 loppuun mennessä oli 246 henkilöä. (Kelasto-raportit. Luettu 16.10.2013)

Vuonna 2012 eläkkeelle siirtyneitä seinäjokisia oli yhteensä 706 henkilöä. Alle 35-vuotiaita heistä oli 44 henkilöä. 60 – 64 -vuotiaina eläkkeelle siirtyi eniten ihmisiä. Heitä oli yhteensä 431 henkilöä. (Nyman H. 20.8.2013)

Työkyvyttömyyseläkkeensaajia Seinäjoella oli vuoteen 2012 loppuun mennessä 2 455. Heistä 1 218 henkilöä oli jäänyt työkyvyttömyyseläkkeelle mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöiden vuoksi. Tuki- ja liikuntaelin sekä sidekudoksien sairauksien vuoksi työkyvyttömyyseläkkeelle oli puolestaan jäänyt 525 henkilöä. Kolmanneksi eniten 221 henkilöä oli jäänyt työkyvyttömyyseläkkeelle hermoston sairauksien vuoksi. Vähiten työkyvyttömyyseläkkeellä Seinäjoella olivat korva ja kartiolisäkkeen sairauksista sairastavia. Heitä oli yhteensä 4 henkilöä. (Kelasto-raportit. Luettu 16.10.2013)

### **3.3.2 Vammaisetuudet**

Kelan vammaisetuuksia sai Seinäjoella vuoteen 2012 mennessä yhteensä 3 273 henkilöä. Heistä lapsen vammaistukea sai 479 henkilöä, aikuisen vammaistukea sai 172 hen-

kilöä ja eläkkeensaajan hoitotukea sai 2 622 henkilöä. ( Kelasto-raportit. Luettu 16.10.2013)

Lapsen vammaistukeen oikeutettuja mielenterveyden sekä käyttäytymisen häiriön vuoksi oli 178 henkilöä. Toiseksi eniten lapsen vammaistukeen oikeutettuja oli hengityselinten sairauden vuoksi etuutta saavat 52 henkilöä. Kolmanneksi eniten etuuksien saajia oli ruuansulatuselinten sairauksien vuoksi etuutta saavat 50 henkilöä. ( Kelasto-raportit. Luettu 16.10.2013)

Aikuisten vammaistuesta 41 henkilöä saivat tukea mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöiden vuoksi. Korvan ja kartiolisäkkeiden sairauksien vuoksi aikuisen vammaistukea sai 25 henkilöä ja synnynnäisen epämuodostuman ja kromosomipoikkeavuuden vuoksi tukea saivat 23 henkilöä. ( Kelasto-raportit. Luettu 16.10.2013)

Eläkkeensaajien hoitotuesta 683 henkilöä sai hoitotukea mielenterveyden sekä käyttäytymisen häiriöiden vuoksi. Verenkiertoelinten sairauksien vuoksi sai tukea 393 henkilöä ja 274 henkilöä sai tukea tuki- ja liikuntaelin sekä sidekudoksen sairauksien vuoksi. (Kelasto-raportit. Luettu 16.10.2013.)

### **3.3.3 Kuntoutusetuudet ja palvelut**

Kela on vuonna 2012 myöntänyt 692 henkilölle kuntoutusrahaa. Heistä kuntoutuspalveluita kelasta on saanut 446 henkilöä. Kuntoutuspalveluita muualta on saanut 188 henkilöä. Ilman palveluja on jäänyt 63 henkilöä. ( Kelasto-raportit. Luettu 16.10.2013.)

Vuonna 2012 yhteensä 1 094 Seinäjokista henkilöä on saanut kuntoutuspalveluita. Heistä 92 henkilöä on saanut vajaakuntoisten ammatillista koulutusta. Vaikeavammaisten lääkinnällistä kuntoutusta on saanut yhteensä 267 henkilöä. Kuntoutuspsykoterapiaa ovat saaneet 286 henkilöä ja harkinnanvaraista kuntoutusta on saanut yhteensä 481 henkilöä. (Kelasto-raportit, Luettu 16.10.2013.)

### 3.3.4 Erityisoppilaat Seinäjoen perusopetuksessa

Seinäjoen kaupunki tarjoaa perusopetusta 34 koululla. Alakouluja Seinäjoella on 26, yläkouluja neljä ja yksi yhtenäinen peruskoulu, jossa on alakoulu ja yläkoulu samassa. Erityiskouluja Seinäjoella on kaksi. Niittyvillan koulu Eskoon sosiaalipalvelujen kuntayhtymän yhteydessä, joka tarjoaa opetusta vaikeavammaisille sekä Ruutipuiston koulu sairaalan yhteydessä tarjoaa opetusta lasten ja nuorten psykiatrian opetusryhmissä. Tarvittaessa opetusta saa myös somaattisilla osastoilla. Seinäjoella toimii myös yksi yksityinen koulu, Steiner koulu. (Seinäjoen Kaupunki. Perusopetus. Luettu 3.2.2014.)

Nykypäivänä voidaan puhua, että lähes jokaisen lapsen perusopetusta sovelletaan jollain osin, joidenkin aineiden kohdalla. Varsinaisia pienluokkia Seinäjoella on seitsemässä alakoulussa, jossa oppilaita yhteensä 185. Opiskelu tapahtuu pienluokissa pienryhmissä ja on sovellettua normaaliin opetukseen nähden. Jokaisessa Seinäjoen yläkoulussa toimii myös pienluokat, joissa oppilaita yhteensä 91. Vaikeasti kehitysvammaisia oppilaita on Niittyvillan koulussa 15. Lievästi kehitysvammaisten osuus ala- ja yläkouluissa on noin 50 oppilasta. (Järvi V. 4.2.2014.)

## 4 Soveltavan liikunnan kehittämissuunnitelma 2014 – 2017

### 4.1 Kehittämistyöryhmä sekä taustaa

Seinäjoen kaupungin erityisliikunnan työryhmä perustettiin vuonna 2005 erityisliikunnanohjaajan esityksestä. Esitys kulki liikuntatoimenjohtajan kautta liikuntalautakunnalle ja sitä kautta kaupunginhallitukseen. Kaupunginhallituksen hyväksynnällä kaupunginjohtaja nimesi työryhmän eri jäsenet kaupungin eri sektoreilta. Vuosien mittaan jäseniä on vaihtunut riippuen työnkuvien muutoksista sekä kuntaliitoksesta. ( Kivimäki S. Erityisliikunnankoordinaattori. Seinäjoen Liikuntapalvelut.)

Työryhmän ideologiana ja tavoitteena on ollut perustamisesta lähtien valmistella kehittämissuunnitelma, jonka pohjalta tiedotetaan, vaikutetaan päätöksentekoon ja valvotaan erityisliikuntaa kaupungissamme. Rooli kokemusten jakajana, hyödyntäjänä ja kaupungin soveltavan liikunnan kehittäjänä on tärkeä. ( Kivimäki S. Erityisliikunnankoordinaattori. Seinäjoen Liikuntapalvelut.)

Nurmon kunnassa vastaavanlainen kehittämistyöryhmä toimi vuosina 2007 – 2009, kun Nurmon kunta osallistui valtakunnalliseen Erityisliikuntaa kuntiin 2007 – 09 – kehittämis- ja konsultointiprojektiin. Projektin aikana Nurmon kunnan alueella tehtiin peruskartoitus, kehittämissuunnitelma sekä loppuraportti erityisliikunnan silloisesta tilasta. (Piispanen T. 2010. 24 – 40.)

Vuonna 2009 Nurmon kunta sekä Ylistaron kunta liittyivät Seinäjoen kaupunkiin. Vuonna 2009 erityisliikunnan työryhmä päivitettiin ja otettiin huomioon Nurmon projektin tuomat tiedot. Päivitetty kehittämissuunnitelma syntyi vuonna 2010 – 2011, jossa oli huomioitu myös kaupunkiin liittyneet kunnat. (Piispanen T. 2010. 24 – 40.)

Työryhmä kokoontuu aina tarpeen tullen n. 1 – 2 kertaa vuodessa käyden läpi Soveltavaan liikuntaan liittyvät asiat, yhteistyökuviot sekä kehittämissuunnitelman toteutuminen. Tällä hetkellä työryhmään kuuluvat:

- Tilla Tuuri, vs. erityisliikunnankoordinaattori, Liikuntapalvelut



- Johanna Lähdesmäki, Liikunnanohjaaja, Liikuntapalvelut
  - Tiina Korkonen, Fysioterapeutti, Kotihoito
  - Kirsi Tammivaara, Suunnittelijaopettaja, Kansalaisopisto
  - Minna Koivuluoma, Nuoriso-ohjaaja, Nuorisopalvelut
  - Sirpa Skoglund, Fysioterapeutti, Terveyskeskuksen fysioterapia
  - Kirsi Hakala, Sosiaalitoimi/vammaisneuvosto
  - Juha Kangas, Erityisopettaja, Koulutoimi
  - Anne Sironen, Tukihenkilövalityksen toimialavastaava, Järjestöalo
- Tekniikkakeskuksen edustaja Jouni Tiisjärvi kutsutaan tarvittaessa paikalle.  
(Kivimäki S. Erityisliikunnankoordinaattori. Seinäjoen Liikuntapalvelut.)

## 4.2 Toteutus

Kehittämissuunnitelmaa on luotu Seinäjoen kaupungille jo muutaman kerran. Suunnitelma on tehty aina vuodeksi eteenpäin. Valmisteilla oleva kehittämissuunnitelma on luotu samassa linjassa liikuntapalveluiden strategian kanssa. Strategia on luotu vuosille 2014 – 2017 ja näin ollen myös soveltavan liikunnan kehittämissuunnitelma on luotu samoille vuosille.

Yleisesti ottaen erilaisten kehittämistöiden päätavoitteina ovat yleensä uuden tuotteen tuottaminen tai toimintamallien löytäminen ja luominen. (Ojala, Moilanen, Rintalahti, 2009. 15.) Näin myös tämänkin kehittämissuunnitelman tavoitteena on tuoda suunnitelma käytännön tasolle asti ja uusien toimintamallien avulla saavuttaa entistä enemmän asiakkaita soveltavan liikunnan piiriin.

Soveltavan liikunnan kehittämissuunnitelma 2014 – 2017 on aikataulutettu liikuntastrategian kanssa. Kehittämissuunnitelma valmistuu vuoden 2014 alussa. Erityisliikunnan kehittämistyöryhmä hyväksyy suunnitelman maaliskuussa 2014. Kehittämissuunnitelma esitellään liikuntalautakunnalle maaliskuun 2014 aikana. Suunnitelma julkaistaan liikuntapalveluiden internetsivuilla erityisliikunta kohdan alla liikuntalautakunnan hyväksynnän jälkeen. Suunnitelmaa pyritään toteuttamaan kaavion (Liite 2.) mukaisesti aina vuo-

teen 2017 saakka. Työryhmä valvoo suunnitelman toteutusta kokousten puitteissa 1 – 2 kertaa vuodessa.

## 5 Seinäjoen liikuntapalveluiden hallinnonala

Liikuntalaissa on määritelty kuntia järjestämään liikuntaa ottaen huomioon myös erityisryhmät. Kuntien tehtävänä on myös edellytysten luominen liikunnalle tasa-arvoa säilyttäen ja ottaen huomioon kaikki kansalaiset. ( Finlex. Liikuntalaki. Luettu 19.12.2013.)

Seinäjoen kaupungin liikuntapalvelut tuottaa liikunnanohjauspalveluita erityisryhmät mukaan lukien, tarjoamalla suurilta osin soveltavaa liikuntaa. Tämä tarkoittaa, että kaikissa liikuntaryhmissä liikkuu eritasoisia kuntalaisia, pääsääntöisesti iäkkäitä. (Seinäjoen kaupunki. Liikunnan ohjauspalvelut. Luettu 15.10.2013.)

Toimintakaudella 2013 – 2014 liikuntapalveluiden ohjattuja liikuntaryhmiä oli yhteensä 59 sekä vauvauinnin viisi ryhmää. Liikuntaryhmiä ohjaavat liikuntapalveluiden vakituiset liikunnanohjaajat sekä tuntiohjaajat. Vertaisohjaajien ohjaamia liikunnallisia ryhmiä on yhteensä 23 ryhmää. (Seinäjoen kaupunki. Liikunnan ohjauspalvelut. Luettu 15.10.2013.)

Kaikille avoimia sovelletun liikunnan ryhmiä oli toimintakaudella 2013 – 2014 yhteensä 11. Suljettuja, jonkun palveluntuottajan tilaamia soveltavan liikunnan ryhmiä oli yhteensä 16 ryhmää ja ikäihmisille tarkoitettuja avoimia liikuntaryhmiä tai ikäihmisille sovellettuja liikuntaryhmiä oli yhteensä 15. Pääosa asiakaskunnastamme on kuitenkin ikääntyneitä kuntalaisia iältään yli 65-vuotiaita. (Seinäjoen kaupunki. Liikunnan ohjauspalvelut. Luettu 15.10.2013.)

Liikunnallisia liikuntapalveluiden järjestämiä tapahtumia toimintakausien aikana on 2 – 3. Helmi- maaliskuun aikoihin järjestetään alan opiskelijoiden kanssa yhteistyössä Soveltava talviliikuntapäivä Joupiskan rinnekeskuksessa. Tapahtuma kerää vuosittain yli 500 kävijää vauvasta vaariin. Syyskuussa järjestetään yhteistyössä alueen järjestöjen kanssa Leppoisa Lenkki tapahtuma Esteettömällä luontoreitillä Joupiskalla. Tapahtuma kerää noin 100 kävijää pääosin ikääntyneitä. Muita tapahtumia järjestetään yhteistyössä muiden kaupungin sektoreiden, järjestöjen sekä erilaisten palveluntuottajien kanssa tarpeen ja resurssien mukaan. (Tuuri T. 11.12.2013.)

Liikuntapalveluissa on päätoimisia liikunnanohjaajan vakansseja 4 ja vuoden 2014 alussa Nurmon alueella työskentelevän kuntohoitajan nimike muuttui liikunnanohjaajaksi, jolloin liikunnanohjaajan nimikkeellä toimii viisi vakituista henkilöä. Kahden toimenkuvana on uinninvalvomossa tehden uinninvalvonnan lisäksi liikunnanohjaustyötä vesiliikuntaryhmien sekä vesijuoksuopastusten muodossa. Näiden kahden liikunnanohjaajan työajasta noin 70 % on uinninvalvontaa. Yhden liikunnanohjaajan toimenkuvana on ohjata sekä koordinoida koululaisten sekä päiväkotien uinninopetusta. (Tuuri T. 11.12.2013.)

Nurmon alueella toimii yksi päätoiminen liikunnanohjaaja, jonka työpanosta on viime vuosina suunnattu myös päiväksi Ylistaron alueelle. Seinäjoen ydinkeskustan alueella toimii yksi päätoiminen liikunnanohjaaja, jonka työajasta muutama tunti viikosta on suunnattu Peräseinäjoen alueelle. (Tuuri T. 11.12.2013.)

Erityisliikunnan koordinaattorin työnkuvaan kuuluu soveltavan liikuntatoiminnan organisointi, suunnittelu sekä hankkeet, toimiminen asiantuntijana erityisliikunnassa, yhteistyö alueen järjestöjen kanssa, 8 tuntia viikossa on liikunnanohjausta erityistä tukea tarvitseville asiakkaille, pääsääntöisesti suljetuissa ryhmissä. (Tuuri T. 11.12.2013.)

Liikuntapalveluilla on neljä liikunta-alan ohjaajaa, jotka ohjaavat liikuntaryhmiä tunti-työnä ja kaksi tuntiohjaajaa ohjaa vauvauinnissa. Vertaisohjaajatoiminta liikuntapalveluissa on ollut pitkäjänteistä jo useamman vuoden ajan. Vertaisohjaajat ovat pääosin eläkeläisiä, jotka ohjaavat liikuntaryhmiä vapaa-ajallaan ilman työsuhdetta. Pääosin ryhmät ovat vesiliikunta tai kuntosaliryhmiä. (Tuuri T. 11.12.2013.)

Määrällisesti liikuntapalveluilla toimii monta liikunnanohjaajaa, mutta käytännössä työnkuvat sekä työpanokset vaihtelevat paljon toimintakaudesta riippuen. Erilaisten virkavapauksien vuoksi liikuntapalvelut on sisäisillä siirroilla pystynyt pitämään liikunnanohjauspalvelut jonkinlaisessa tasapainossa. (Tuuri T. 11.12.2013.)

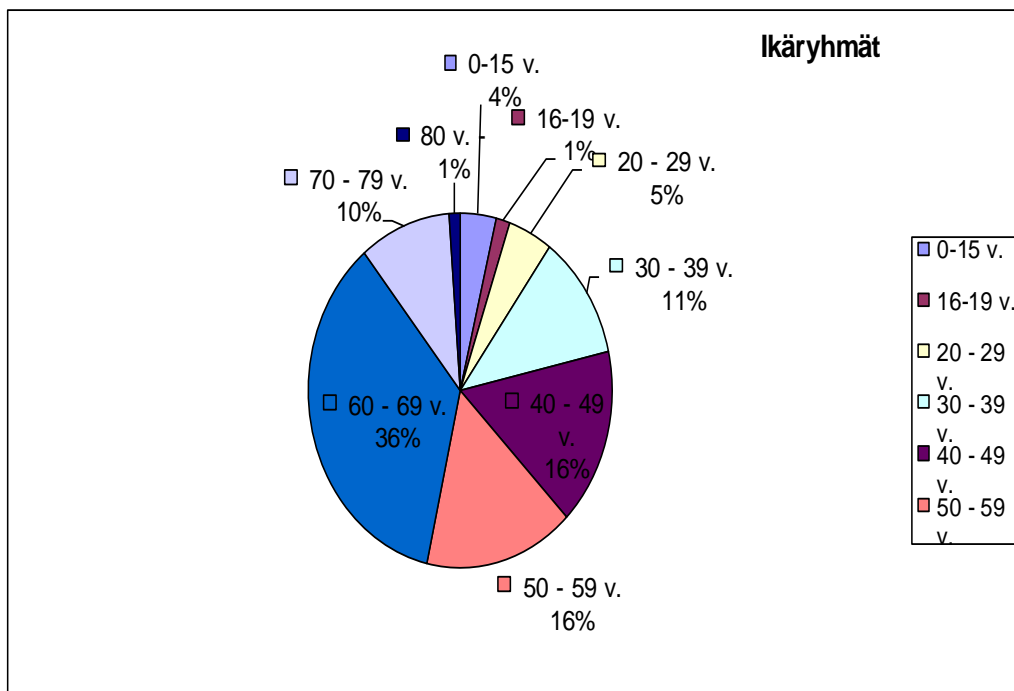
Väestön ikääntyminen sekä muun muassa mielenterveysongelmien lisääntyminen varsinkin nuorten sekä lasten keskuudessa luo suurta painetta liikuntapalveluille. Liikunta-

palveluiden pitäisi pystyä vastaamaan reaaliajassa väestön muutokseen, joka tapahtuu muutamien vuosien sisällä. (Tuuri T. 11.12.2013.)

## **5.1 Kuntalaisten tukeminen omaehtoiseen liikuntaan**

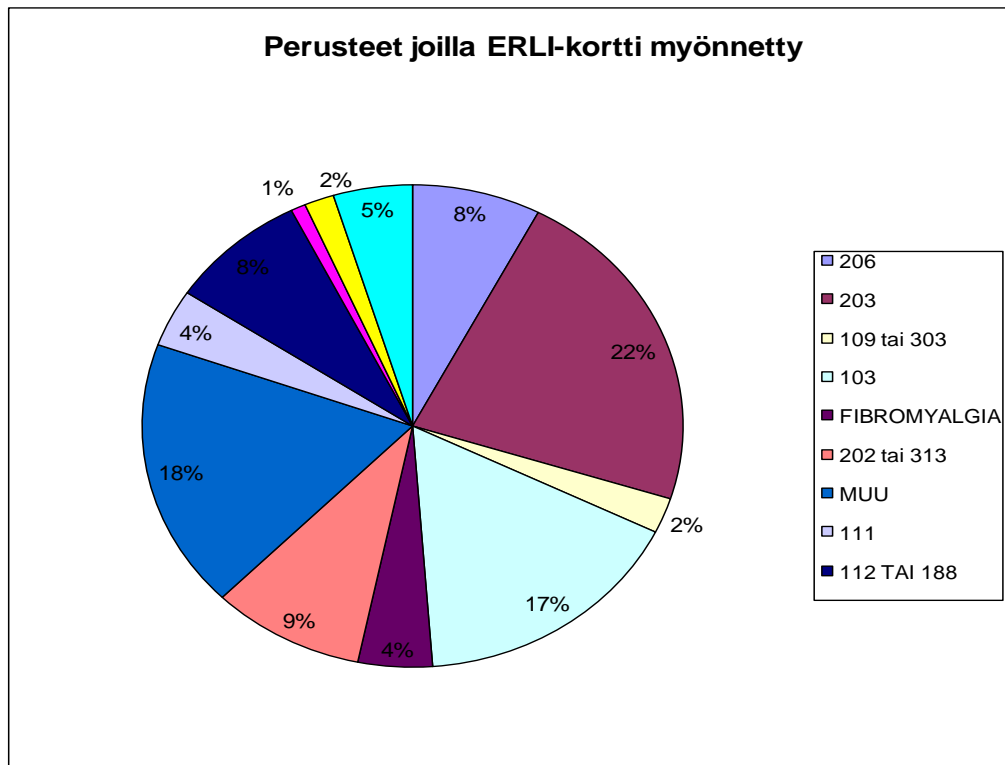
Liikuntapalvelut on tukenut kuntalaisten omaehtoista liikuntaa luomalla seniorikortin sekä erityisryhmien liikuntakortin. Korteilla on mahdollisuus liikkua uimahallissa sekä kaupungin hallinnoimien liikuntahallien kuntosaleissa vuosimaksua vastaan. Sotaveteraanit sekä heidän puolisonsa ovat tervetulleita ilmaiseksi uimaan sekä liikuntahallien kuntosaleille. ( Seinäjoen kaupunki. Erityisryhmien sekä senioreiden uinti- ja kuntosalikortti. Luettu 19.12.2013.)

Erityisryhmien kuntosali- ja uintikortti otettiin käyttöön marraskuussa 2009. Erityisryhmien korttia anotaan erityisliikunnan koordinaattorilta tiettyjen sairausperusteiden perusteella kela-kortin tunnuksella tai lääkärin todistuksella. Kortti maksaa 66€/vuosi aikuiselta ja 30€/vuosi lapselta 6 – 16.v. Kortti on voimassa vuoden ostopäivästä lähtien. Kortti ei korvaa liikunnan ohjausryhmien kausimaksua. Mikäli hakemuksessa mainitsee avustajan tarpeen puku- ja pesutiloissa on korttiin mahdollisuus liittää avustaja mukaan, jolloin avustaja pääsee myös korttia näyttämällä veloituksetta uimaan tai kuntosalille. ( Seinäjoen kaupunki. Erityisryhmien sekä senioreiden uinti- ja kuntosalikortti. Luettu 19.12.2013.)



Kuvio 1. Erityisryhmien liikuntakorttien hakijoiden ikäjakauma

Vuonna 2012 myönnettyjä erityisryhmien uinti- ja kuntosalikortteja oli yhteensä 343 kappaletta ja vain kaksi hakemusta oli hylätty. Yllä olevasta taulukosta Erityisryhmien liikuntakorttien hakijoiden ikäjakauma (Kuvio 1.) erottuu liikuntakorttia hakeneiden henkilöiden ikäjakauma. Avustajia erityisryhmien korttihakijoille myönnettiin vuoden 2012 aikana yhteensä vain 30 henkilölle. Kortin uusijoita edellisvuodelta oli 213 henkilöä.



Kuvio 2. Erityisryhmien liikuntakorttien hakijoiden sairausperusteet kela-tunnuksin.  
(Liite 5. Erityisryhmien Uinti- ja kuntosalikortin myöntämisperusteet, Kela-tunnukset)

Yllä olevasta kuvioista (Kuvio 2.) näkee sairausperusteet, joilla korttia oli haettu vuoden 2012 aikana. Sairausperusteet ovat lueteltuina Kelan numerotunnuksin.

Seinäjoen kaupungin yli 70-vuotiaalla väestöllä on mahdollisuus ostaa vuoden voimassa oleva uinti- ja kuntosalikortti. Kortti maksaa 66€/vuosi. Kortilla on mahdollisuus arkipäivinä maanantaista perjantaihin käydä vuosimaksua vastaan uimassa tai kaupungin liikuntahallien kuntosalilla. Kortti ei korvaa liikunnan ohjattujen liikuntaryhmien kausimaksua. (Seinäjoen kaupunki. Erityisryhmien sekä senioreiden uinti- ja kuntosalikortti. Luettu 19.12.2013.)

Seniorikorttia on ostettu vuodesta 2010 saakka 191 kpl. Heistä naisia on 112 ja miehiä 79. Kortin on uusinnut 48 henkilöä. Suurin ikäluokka kortin ostaneita on 1935 – 1939 syntyneet ikäihmiset.

Liikuntapalvelut tukee myös seinäjokisia sotainvalideja sekä rintamamiespalvelutunnuksen omaavia henkilöitä ja heidän puolisoitaan tarjoamalla ilmaisen uinti ja kuntosali

mahdollisuuden. Heillä on oikeus ilmaiseen uimahallin sekä liikuntahallien kuntosalien käyttöön aukioloaikojen puitteissa. (Seinäjoen Kaupunki. Erityisryhmien sekä senioreiden uinti- ja kuntosalikortti. Luettu 19.12.2013.)

### **5.1.1 KUHA-Kurssinhallintajärjestelmä**

Kaupungin liikuntapalvelut on käyttänyt sähköistä Timmi-tilavarausjärjestelmää liikuntatilojen osalta jo usean vuoden ajan. Liikuntatilojen varaustilannetta on voinut seurata sähköisesti kaupungin nettisivujen kautta ja tilojen laskutus on hoidettu WinTimmi ohjelmalla. (Särkipaju T. 28.1.2014)

Timmi-ohjelman myötä harkinnassa on ollut usean vuoden ajan liittää ohjelmaan myös sähköinen ilmoittautumisjärjestelmä. Järjestelmä helpottaa liikuntaryhmien ilmoittautumisruuhkaa, mutta myös asiakkaan näkökulmasta ilmoittautuminen liikuntaryhmiin sekä uimakouluihin helpottuu. (Särkipaju T. 28.1.2014)

Tietohallintopalveluiden talousarvioon esitettiin vuodelle 2013 KUHA-kurssinhallintajärjestelmää. Hyviä kokemuksia oli saatu aikaisemmin, kun kansalaisopisto oli ottanut vuonna 2011 käyttöönsä vastaavanlaisen järjestelmän. (Särkipaju T. 28.1.2014)

Kuha-ohjelman päätavoitteena on vähentää manuaalista työtä sekä ilmoittautumiskavakkeiden käsittelyä. Ohjelman kautta asiakkaat pystyvät ilmoittautumaan itse kaikkiin liikuntaryhmiin sekä uimakouluihin. Asiakkaan ilmoittautuessa liikuntapalvelut saavat ohjelman kautta asiakkaan tiedot reaaliajassa sekä pystyvät olemaan asiakkaisiin yhteydessä tekstiviestein sekä sähköpostilla ohjelman kautta. (Särkipaju T. 28.1.2014)

Liikuntapalveluiden liikuntaryhmätarjonta on kattava ja ryhmät on luotu eri ikäryhmille tai eri sairausperustein. KUHA-ohjelman myötä liikuntapalvelut voi määrittää näkeekö asiakas heti pääsyn ryhmään vai vasta ilmoittautumisajan päätyttyä. Uimakoulujen osalta ilmoittautuminen tapahtui keväällä 2013 ensimmäistä kertaa KUHA-ohjelman kautta ja tuolloin ilmoittautuminen tapahtui ”nopeat syövät hitaat” periaatteella. Ongelmana



vain oli, että ohjelma ruuhkautui ilmoittautumisen alettua. Liikuntaryhmien ilmoittautuminen hoidettiin ensimmäistä kertaa syksyllä 2013 KUHA:n kautta ja kaikki sujui moitteettomasti. Tarjosimme toimistolla apua niille, jotka eivät osanneet ilmoittautua ohjelman kautta. (Särkipaju T. 28.1.2014)

KUHA-kurssinhallintajärjestelmää tullaan käyttämään jatkossakin samansuuntaisesti kuin vuonna 2013. Järjestelmä on ollut hyvä ratkaisu asiakkaiden palvelemisen ja työn kehittämisen kannalta. Ilmoittautumisprosessista sekä erilaisista ryhmistä on koottu oppaat joiden myötä uutta ohjelmaa on markkinoitu ja mainostettu. (Särkipaju T. 28.1.2014)

## **5.2 Soveltavan liikunnan järjestötoiminta kaupungissa**

Seinäjoella toimivan ja yhteen kokoavan järjestötalon alaisuudessa ja tiedossa on alueellisia sosiaali- ja terveysalan järjestöjä yhteensä 59kpl. Eläkeläisjärjestöjä on 13kpl ja valtakunnallisia järjestöjä on yhteensä 125kpl. (Järjestöalo. Järjestöt. Luettu 19.12.2013.)

Seinäjoen alueella toimivia liikuntapalveluiden tiedossa olevia urheiluseuroja on yhteensä 72. Alueen urheiluseurat ovat osaltaan menestyneitä ja lajikirjo on suuri. Vain muutamalla urheiluseuralla on ryhmiä suunnattu erityistä tukea tarvitseville liikkujille. Lajien harrastaminen seuroissa ilman kilpailulisenssiä tai kilpailuun tähtäävää toimintaa, erilaisilla tasoilla on vaikeaa. (Tuuri T. 11.12.2013.)

Alueella toimivat järjestöt tarjoavat erilaisia liikunnallisia ryhmiä vertaisohjaaja periaatteella. Liikuntapalvelut tukee liikunnallista toimintaa erityisliikunnan kohdeavustuksilla, mutta järjestöjen tulee itse hakea määrärahaan mennessä kohdeavustusta. Muita yhteistyökuvioita eri järjestöjen välillä on yhteistapaamiset kerran vuodessa, jossa liikuntapalvelut informoi liikunnallisista palveluista ja mahdollisuuksista järjestöille. (Tuuri T. 11.12.2013.)

Liikuntapalvelut on syksyn 2013 myötä herättänyt henkiin soveltavan liikunnan kalenterin. Kalenteriin on koottu halukkailta järjestöiltä sekä urheiluseuroilta tiedot soveltavan

liikunnan ryhmistä toimintakaudelta 2013 – 2014. Kalenteria tullaan tekemään jatkosakin joka toimintakaudella. Kalenterin tarkoitus on tuoda paremmin esille kaupungin erilaiset liikuntamahdollisuudet soveltavaa liikuntaa tarvitseville kuntalaisille. (Tuuri T. 11.12.2013.)

Järjestöjä tuetaan myös tarjoamalla asiantuntija apua; luennoin ja lajiasiantuntemusta tarjoamalla eri alan yhdistyksille. Jonkin verran myös liikuntapalveluiden välineitä lainataan tarpeen tullen yhdistysten liikuntatoimintaan. Järjestöille ja yhdistyksille sekä urheiluseuroille liikuntapalvelut järjestää vuosittain yhteistapaamisen. Tapaamisessa markkinoidaan ja tuodaan liikuntapalveluiden toimintaa esille sekä ohjeistetaan avustusten hakemisessa. (Tuuri T. 11.12.2013.)

Yhteistyö erilaisten hankkeiden muodossa on osa liikuntapalveluiden tukemista järjestöille. Vuonna 2006 aloittanut hanke Kävelykaveri-toiminta lähti Kivipuro ry:n kautta. Nykyisin Kävelykaveri-toiminta on muuttanut nimeään ja jatkaa Liikuntaystävä-toimintana Järjestötalon tukihenkilöväilyksen kautta. Muita hankkeita, joissa liikuntapalvelut on ollut mukana viime vuosina, on Harrastajaystävä-toiminta 2012 sekä Ryhmävoimaa-hanke vuonna 2012. (Tuuri T. 11.12.2013.)

Erilaisia liikuntapalveluiden koordinoimia hankkeita ei ole ollut vuosiin, mutta edellä mainituissa hankkeissa liikuntapalvelut ovat olleet osana ja yhteistyössä. Hankkeisiin erilaisia rahoituksia voi hakea valtakunnan tasolta. Hankkeita tulisi luoda myös liikuntapalveluiden alaisuudessa entistä enemmän vastaamaan tulevaisuuden haasteisiin. (Tuuri T. 11.12.2013.)

### **5.2.1 Yhteistyö Järjestötalon kanssa**

Järjestötalo on järjestöjen keskus Seinäjoella, jossa toimii 21 sosiaali- ja terveysalan järjestöä. Vuonna 1999 perustettiin Yhteisöjen Yhdistys ry., joka hallinnoi Järjestötaloa. Toimintaa tukevat Raha-automaattiyhdistys, Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri sekä Seinäjoen kaupunki. Järjestöjä on 57, jotka kuuluvat Yhteisöjen Yhdistys ry:n jäisenjärjestöihin. (Järjestötalo Seinäjoki. Toimintaperiaate. Luettu 17.10.2013)

Järjestötalon toiminnan tarkoituksena on koota alueen järjestöt yhteen ja edistää Etelä-Pohjanmaan alueen väestön terveyttä, psyykkistä, fyysistä ja sosiaalista toimintakykyä. Järjestötalon tavoitteena on edistää sosiaali- ja terveystieteiden, muiden järjestöjen, julkisen sektorin eri hallinnonalojen ja yksityisen sektorin välistä yhteistyötä ja tiedonvälitystä. (Järjestötalo Seinäjoki. Toimintaperiaate. Luettu 17.10.2013)

Kaupungin liikuntapalvelut sekä Järjestötalo ovat toimineet yhteistyössä jo useamman vuoden. Suurin yhteistyön tulos onkin joka syyskuinen Leppoisa Lenkki -tapahtuma, joka vuonna 2013 järjestettiin jo kymmenennen kerran. Muita yhteistyön muotoja ovat Liikuntatapahtuma- toiminta sekä vuosittaiset yhteistyö palaverit eri tapahtumien tiimoilta. (Sironen A., Tuuri T. 30.8.2013)

### **5.3 Soveltavan liikunnan keskeiset tilat**

Seinäjoen kaupungin liikuntapalveluiden liikuntatilat ovat kattavat, mutta suurin osa tiloista on peruskorjausta vailla. Liikuntahalleja on kaupungissamme neljä Ritolahalli Peräseinäjoen alueella, Kirmaushalli Ylistaron alueella, Nurmohalli Nurmon alueella sekä Uimahalli-Urheilutalo Seinäjoen ydinkeskustassa. Halleista vanhin on Nurmohalli, joka on rakennettu 80-luvun lopussa. Uimahalli-urheilutalo on rakennettu 70-luvulla ja se on peruskorjattu kahdessa osassa, 2006 uimahallin osa ja 2013 urheilutalon puoli. Kirmaushalli sekä Ritolahalli ovat 2000-luvun taitteessa rakennettuja. Muita liikuntatiloja ovat koulujen salit sekä ulkoliikuntapaikat sekä yksityiset hallit. (Seinäjoen kaupunki. Liikuntahallit ja uimahalli. Luettu 25.2.2014.)

Liikuntatiloja ei ole erityisesti kartoitettu erityisryhmien näkökulmasta. Nurmon alueella on vuonna 2007 otettu erityisliikkuja liikuntatiloissa huomioon erityisliikunnan peruskartoitusta tehtäessä. Nykyinen lainsäädäntö velvoittaa jo esteettömään rakentamiseen, mutta edelleen on puutteita esteettömyydessä myös liikuntatiloja rakentaessa.

## **5.4 Soveltavasta liikunnasta tiedottaminen**

Liikuntapalvelut on koko kaupungin tiedotuskanava erityisliikkuville tarkoitetuissa avoimissa ryhmissä. Kaupungin eri järjestöt sekä tahot ovat itse vastuussa siitä, että liikuntapalveluilla on tieto heidän tarjoamastaan palvelusta. Erityisliikunnan koordinaattori kokoaa alueen toimijat vuosittain yhteen missä tiedotetaan myös tästä asiasta. (Tuuri T. 13.12.2013.)

Liikuntapalvelut tiedottaa toimintakausien alussa erilaisista liikuntaryhmistään pääsääntöisesti sähköisessä muodossa internetsivuilla, sähköpostitse sekä sähköisten mediapalveluiden kautta. Lehti-ilmoituksia on vähennetty, mutta aina toimintakauden alkaessa mainos laitetaan lehteen. (Tuuri T. 13.12.2013.)

## **5.5 Koulutus**

Liikuntapalvelut on vuosittain pyrkinyt järjestämään vertaisohjaajille koulutusta. Koulutuksia on järjestetty 1 – 2 kertaa vuodessa erityisliikunnan koordinaattorin toimesta. Myös erilaisten järjestöjen vapaaehtoistoimijoita on silloin tällöin koulutettu liikunnan merkeissä, mutta viime vuosina koulutukset ovat vähentyneet. (Tuuri T. 13.12.2013.)

Valtakunnallisia soveltavan liikunnan koulutuksia järjestetään ympäri Suomen. Liikuntapalvelut on tiedottanut järjestöjä koulutusten ajankohdista sekä aiheista satunnaisesti. (Tuuri T. 13.12.2013.)

## **6 Seinäjoen sosiaali- ja terveystoimi**

### **6.1 Kuntouttavan liikunnan ryhmätoiminta**

Seinäjoen Seudun terveysyhtymä järjestää erityistä tukea tarvitseville potilaille liikunnallista ryhmätoimintaa kuntoutusperiaatteella. Ohjauksesta ryhmissä vastaa fysioterapeutit. Liikunnalliset ryhmät eivät ole säännöllisiä, eivätkä jatkuvaa toimintaa vaan kestävät tietyn ajan ja tähtäävät jonkin sairauden tai vamman kuntoutukseen. Pyrkimyksenä olisi löytää sekä suositella asiakkaille kuntoutusjakson jälkeen jokin liikunnallinen ryhmä sairauteen tai vammaan sopien. ( Skoglund S. Kontsas H. Tuuri T. 30.8.2013 )

Terveyskeskuksen fysioterapiassa toimii noin 20 fysioterapiaryhmää, jotka ovat pääasiassa neurologisia sairauksia sairastaville ja tule- asiakkaille henkilöille. Terveyskeskuksessa on käytössä toimintakykyä testaavia testejä ja näiden perusteella asiakas ohjataan terveyskeskuksen fysioterapiaryhmään, liikuntapalveluiden tai kansalaisopiston liikuntaryhmään. ( Skoglund S. Kontsas H. Tuuri T. 30.8.2013 )

### **6.2 Palveluita tuottavien toimipisteiden liikuntatoiminnan kehittäminen**

Sosiaali- ja terveysalan palvelulaitoksia Seinäjoella on muun muassa vanhusten palvelukeskukset, Eskoon palvelukeskus kehitysvammaisille, Seinäjoen toimintakeskus kehitysvammaisille sekä Kivipuro ry. ikäihmisille. Liikunnallista toimintaa järjestetään eri toimipisteissä. Yleensä liikunnallinen toiminta on yksilö- tai ryhmätoimintaa liittyen toimipisteen kuntoutustoimintaan. Liikunnalliset toiminnot ovat osassa toimipisteistä tarkoitettu vain toimipisteen asiakkaille, mutta liikuntaryhmiä on myös ulkopuolisille. (Salovaara P. Tuuri T. 11.10.2013)

Eskoon palvelukeskuksessa on oma erityisliikunnanohjaaja, joka järjestää palvelukeskuksen asukkaille monipuolista liikunnallista toimintaa. Seinäjoen toimintakeskus on kaupungin alainen kehitysvammaisille palveluita tuottava yksikkö, johon saapuu asiakkaita eri puolilta maakuntaa, jotka asuvat Eskoossa lähellä toimintakeskusta. Toiminta-

keskus ostaa kaupungin liikuntapalveluilta liikunnanohjausta kerran viikossa kolmelle ryhmälle. Liikunnallinen ohjaus perustuu toimintakyvyn ylläpitämiseen erilaisten jump-  
pien, pelien ja toimintaratojen muodossa. Kivipuro ry:llä toimii kolme yksikköä, joissa  
kussakin on tarjolla liikunnalta toimintaa, esimerkiksi kuntosaliryhmiä, tuolijumppaa  
sekä lenkkiryhmiä. Palvelulaitoksissa liikunta- ja kuntoutustoiminnoista vastaa laitosten  
omat fysioterapeutit, kuntohoitajat tai liikunnanohjaajat. (Salovaara P. Tuuri T.  
11.10.2013)

Vanhusten palvelukeskuksissa on kehitetty kuntouttavaa työtettä ja jokainen työyksik-  
kö pyrkii omien resurssien mukaan sitä toteuttamaan. Henkilökunnalle järjestetään si-  
säistä koulutusta esimerkiksi liikunnallisten virikepäivien muodossa. Opiskelijoita on  
hyödynnetty paljon ja hyödynnetään jatkossakin erilaisten toimintatuokioiden ohjaami-  
sessa. (Salovaara P. Tuuri T. 11.10.2013)

### **6.3 Sosiaali- ja terveystoimen koulutus liikunnallisen kuntoutuksen osalta**

Sosiaali- ja terveystoimen henkilöstö hyödyntää alueellisia ja valtakunnallisia koulutuk-  
sia mahdollisuuksien mukaan. Koulutukset ovat omaan työhön konkreettisesti liittyviä  
virikepäiviä tai muutaman päivän mittaisia koulutuksia. (Kontsas H. Skoglund S. Tuuri  
T. 30.8.2013. Salovaara P. Tuuri T. 11.10.2013.)

Laitosten asukkaille tulisi taata erilaista virikkeellistä toimintaa liikunnankin puitteissa.  
Se vaatii kuitenkin työntekijöiltä kuntouttavaa työtettä ja liikunnallista osaamista. Jo-  
kainen yksikkö laatii koulutussuunnitelmat itse omien tarpeiden mukaan, mutta esi-  
miesten myönteistä suhtautumista koulutusten tarpeellisuuteen vaaditaan. (Salovaara P.  
Tuuri T. 11.10.2013.)

Vanhusten palvelukeskusten sekä kotihoidon henkilökunnalle järjestetään kuntoutta-  
vaan työotteeseen koulutusta. Fysioterapeutit ohjaavat omaa henkilökuntaa kohti lii-  
kunnallista sekä kuntouttavaa työtettä. (Korkonen T. Tuuri T. 20.9.2013 Salovaara P.  
Tuuri T. 11.10.2013.)

## **6.4 Kuljetuspalvelut kaupungissa**

Kuljetuspalvelut ovat monen kynnys osallistua yleisesti tarjolla oleviin liikuntapalveluihin ympäri kaupunkia. Erityisesti liikuntarajoitteisille, ikäihmisille, lapsiperheille sekä syrjäytyneille henkilöille ongelma on suuri. (Korkonen T. Tuuri T. 20.9.2013)

### **6.4.1 Palveluliikenne Nurmon ja Seinäjoen alue, Seili –liikenne**

Entisen Nurmon sekä Seinäjoen kantakaupungin alueella toimii palveluliikenne Seili arkipäivinä klo 9 – 17. Seili-liikenne palvelee vammaispalvelulain ja sosiaalihuoltolain mukaisia kuljetuksia kutsujoukkoliikenteenä. Seili palvelee kolmella matalalattiabussilla sekä inva-varusteisella joukkoliikenneautolla. Matka tulee tilata edellisenä päivänä tai vähintään kaksi tuntia ennen matkapalvelukeskuksesta. Tilauksen myötä matkapalvelukeskus yhdistelee tilauksia ja välittää tilaukset aina ajoneuvoille. (Seinäjoen kaupunki. Seili-Palveluliikenne. Luettu 18.12.2013)

Ikäihmisten yli 65-vuotiaiden sekä kuljetuspalveluasiakkaiden omavastuu matkasta on enintään 15 kilometrin matkalla 2€. Muille matkan kustannukset ovat joukkoliikenteen kertamaksuhinta:

- 0-16km 4,70€
- 16 – 20km 5,50€
- 20 – 25km 6,10€
- 25 – 30km 6,80€

(Seinäjoen Kaupunki. Seili-Palveluliikenne. Luettu 18.12.2013)

### **6.4.2 Palveluliikenne Peräseinäjoen alueella, Nopsa-palveluliikenne**

Nopsa-palveluliikenne toimii entisen Peräseinäjoen alueella. Kaupunki ostaa palveluliikenteen Pahkakankaan liikenne Oy:ltä ja maksaa suurimman osan kustannuksista.

Nopsa – palveluliikenne ajaa tietyn reitin aina arkipäivisin klo 7.00 – 17.00 välisellä ajalla. Liikenne poikkeaa pyydettyä reitiltä, jos asiakasta täytyy hakea esimerkiksi kotipi-

hasta tai vastaavasta. Nopsa-liikenteen hinnasto on sama kuin Seili-palveluliikenteellä. ( Seinäjoen kaupunki. Nopsa- Palveluliikenne. Luettu 18.12.2013.)

### **6.4.3 Palveluliikenne, Ylistaron alue**

Ylistaron palveluliikenne on niille asiakkaille, jotka asuvat haja-asutus alueella ja kaipaavat kyyditystä keskustajamiin. Palveluliikenne noutaa reitin mukaisesti matkustajat kiinteistöjen kohdalta kadun varresta tai linja-autopysäkiltä tai pyydettyä kotiovelta. Palveluliikenteen hinnasto on sama kuin muissa kaupunginosissa. ( Seinäjoen Kaupunki. Ylistaron palveluliikenne. Luettu 18.12.2013.)

Säännöllinen kuljetusreitti toimii tiistaista perjantaihin klo 10.00 alkaen ollen perillä klo 12.00. Kullekin päivälle on oma reitti. Ylistaron alueen palveluliikennettä hoitaa Härmän liikenne, jonne myös tiedustelut ja toiveet palveluliikenteestä tulee osoittaa Ylistaron alueen osalta. ( Seinäjoen Kaupunki. Ylistaron palveluliikenne. Luettu 18.12.2013.)



## 7 Seinäjoen koulujen soveltava liikunnanopetus

### 7.1 Erityisoppilaiden liikunnanopetus

Nykyinen koululiikunnan määrä on vähäinen. Alakouluissa 1 – 2 luokalla liikuntaa on keskimäärin kaksi tuntia viikossa ja 3 – 6 luokkalaisilla hieman reilu kaksi tuntia viikossa. Yläkoulussa liikunnan tuntimäärät nousevat myös hieman yli kahteen tuntiin viikossa. (Opetus- ja Kulttuuriministeriö. Luettu 30.1.2014.)

Erityisopetuksessa olevien lasten liikunnan tulisi olla sovellettua liikuntaa eli yksilöt huomioivaa ja lapsen kehitystarpeisiin vastaavaa. Liikunnanopetukseen tulisi olla riittävät resurssi sekä tarvittavat apuvälineet ja tilat. ( Seppänen S. 2002. 8 – 9.) Tällä hetkellä nämä tavoitteet eivät toteudu Seinäjoella.

Soveltavaa liikunnanopetusta tarvitaan, jos oppilaalla on fyysistä tai psyykkisiä rajoitteita. Tällöin hän ei pysty osallistumaan täysipainoisesti yleisen opetussuunnitelman mukaiseen liikunnanopetukseen. Soveltamisen tarkoituksena on yksilöllisten tarpeiden huomioon ottamisen lisäksi osallistuminen mahdollisuuksien mukaan ryhmässä tapahtuvaan liikuntaan, joko pienryhmissä tai yleisopetuksen mukana. ( Seppänen S. 2002. 8 – 9.)

Erityistukea tarvitsevien oppilaiden liikunnanopetuksessa oppilailla on omat ryhmänsä tai osa oppilaista voidaan integroida yleisopetuksen liikuntaryhmään. Tällöin liikunnanopettaja ja erityisopettaja voivat yhdessä opettaa ryhmää (samanaikaisopetus). Tarvittaessa käytetään koulunkäyntiavustajia apuna. Jotkut lapset saattavat tarvita henkilökoh- taista ohjausta koko liikuntatunnin ajan tai vain osan tunnista, jolloin avustaja on välttämätön oppilaan opetuksen järjestelyn kannalta.

(Järvi V. Tuuri T. 29.11.2013.)

## 7.2 Koulutus

Tämän päivän koululaiset ovat hyvin eritasoisia. Motoriset ongelmat sekä oppimisvaikeudet ovat lisääntyneet. Lapset liikkuvat vapaa-ajallaan selvästi vähemmän kuin aikaisemmin. Varsinkin erityisryhmien liikunnan opettamisessa opettajilta vaaditaan paljon. Opetuksen suunnitteleminen opetussuunnitelman mukaisesti huomioiden erityiset oppijat on vaativaa. Tuntien toteuttaminen suunnitelmien mukaisesti on usein jopa mahdollonta, johtuen esimerkiksi puuttuvista välineistä (sukset, luistimet). Liikuntaan varattu viikkotuntimäärä oppilasta kohden on aivan liian vähäinen. Ryhmät ovat usein suuria ja tilat puutteellisia. (Järvi V. Tuuri T. 29.11.2013.)

Opettajien lisäkoulutuksen tarve on koko ajan kasvamassa ja olisi tärkeätä, että tämä asia huomioitaisiin. Seinäjoen kaupungissakin on siirrytty lain velvoittamaan kolmiporaisen tuen järjestelmään. Järjestelmän tavoitteena on, että erityistä tukea tarvitseva oppilas saisi käydä omaa lähikoulua ja samalla saisi tarvitsemiansa tukimuotoja koulunkäyntiin. Tämä tarkoittaa myös sitä, että esimerkiksi liikunnanopettajilla ja luokanopettajilla saattaa olla yleisopetuksen liikuntaryhmässä mukana useampikin erityistä tukea tarvitseva oppilas. Tällä hetkellä opettajille on ollut saatavilla hyvin vähän asiaan liittyvää koulutusta. Lisäkoulutus olisi opettajille yksi keino saada lisää työvälineitä sekä vinkkejä opetuksensa suunnitteluun ja toteutukseen tässä muuttuneessa tilanteessa. (Järvi V. Tuuri T. 29.11.2013.)

## 7.3 Kerhojen käyttö erityisopetuksessa olevien liikunnanopetukseen

Koulun kasvatus- ja opetustyön tukemiseksi järjestetään kulloistenkin taloudellisten ja henkilöresurssien sallimissa määrin kerhotoimintaa. Kerhot ovat oppilaille vapaaehtoisia. Kerhojen tarkoituksena on edistää harrastusten viriämistä ja antaa oppilaalle mahdollisuus muuhunkin kuin tavanomaiseen opiskeluun koulussa. (Järvi V. Tuuri T. 29.11.2013.)

Koulun kerhotoiminnasta tehdään suunnitelma koulun vuosisuunnitelmaan. Kaikilla kerhoilla tulee olla vastuullinen ohjaaja ja koulun toimintatapoihin ja periaatteisiin no-

jautuva toimintasuunnitelma. Jokaisen lukuvuoden alussa kouluilla keskustellaan erityistä tukea tarvitsevien oppilaiden tarve liikuntakerhoihin osallistumiseen. (Järvi V. Tuuri T. 29.11.2013.)

Koulujen kerho- ja harrastustoimintaa pyritään lisäämään ja monipuolistamaan varsinkin erityistä tukea tarvitsevien oppilaiden kohdalla yhteistyöllä muun muassa urheiluseurojen ja muiden yhteisöjen kanssa. Liikunnalliset iltapäiväkerhot voisivat olla vastaus myös vähäiseen koulu ja arkiliikuntaan. (Järvi V. Tuuri T. 29.11.2013.)

Seinäjoen kaupungin koulujen kerhotoimintaa on kehitetty vuodesta 2008 osana Perusopetus paremmaksi – ohjelmaa. Hankkeen alusta alkaen on Seinäjoki ollut mukana ja kaupungin hankkeen nimi on Koulujen yhteiset kerhot – hanke. Hankkeen idea on, että oppilaat voivat osallistua koulujen kerhotoimintaan riippumatta missä koulussa opiskelevat. Kerhot ovat avoimia kaikille Seinäjoen kaupungin perusopetuksessa oleville oppilaille. Syyskaudella 2013 liikunnallisia kerhoja Seinäjoen ala- ja yläkouluilla oli yhteensä 16kpl, joista yksi oli muun muassa motoriikkakerho Aseman koululla. (Seinäjoen kaupunki. Kerhotoiminta. Luettu 19.12.2013.)

## **8 Muiden Seinäjoen kaupungin hallinnonalojen toiminta soveltavassa liikunnassa**

### **8.1 Yhteistyö kansalaisopiston kanssa**

Seinäjoen kansalaisopistoa ylläpitää Seinäjoen kaupunki. Kansalaisopiston tehtävänä on tarjota opetusministeriön järjestämislupa perustuvaa yleissivistävää ja pätevöittävää koulutusta, mutta myös taiteen perusopetusta. Kurssitarjonta pyrkii tavoittamaan niin vauvat kuin vaaritkin. Mahdollisuuksien mukaan kurssitarjontaa pyritään viemään myös sivukylille. Monipuolinen harrastaminen lisää hyvinvointia, mutta tässä luvussa on huomioitu vain kansalaisopiston liikunta sekä tanssikurssit. (Seinäjoen kaupunki. Kansalaisopisto lyhyesti. Luettu 29.11)

Kansalaisopisto suunnittelee vuosittain soveltavan liikunnan tarjonnan. Pääpaino soveltavassa liikunnassa on ikäihmisille oleva tarjonta, mutta liikuntapalveluiden kanssa arvioidaan vuosittain myös muu soveltavan liikunnan tarjonta esimerkiksi maahanmuuttajille suunnatut kurssit, neurologisten sairauksien ryhmät, niska- ja selkärühmät ja omaishoitajat. (Tammivaara K. Tuuri T. 29.8.2013)

Terveystoimen kanssa alkanut yhteistyö on poikanut hyviä liikuntaketjuja. Hyvä yhteistyö on kantanut hedelmää, esimerkkinä Lonkat ja polvet kuntoon kurssi. Lisäksi kulttuuripalveluiden ja Ikäkeskuksen kanssa on tavoiteltu vapaaehtoisia mukaan kotona asuvien ikäihmisten liikuttamiseen ja harrastamiseen. Myös palvelutaloihin on pyritty järjestämään vapaaehtoisia liikuttajia. Lisäksi tuolijumpan järjestäminen palvelutalon tiloissa antaa mahdollisuuden sekä ulkopuolisille että talon asukkaille osallistua sosiaaliseen liikuntatuokioon. (Tammivaara K. Tuuri T. 29.8.2013)

Eskoon sosiaalipalvelujen kuntayhtymän kanssa on vakiintunut käytäntö, jossa ennen uuden kauden suunnittelua pyydetään toiveita kurssitarjontaan siellä asuvilta. Liikunnan kursseina tällä hetkellä toteutuu kehitysvammaisten liikuntakurssi, mutta heille on tarjolla myös tanssikurssi kansalaisopiston tiloissa. (Tammivaara K. Tuuri T. 29.8.2013)

Viime vuosina tarjonta on ollut runsasta ja kurssien sekä osallistujien määrä on ollut kasvussa. Sivukylillä olevat liikuntaryhmät pyritään säilyttämään, jos kurssilaisia ryhmissä on 8-10. Liikuntatilojen puute rajoittaa jonkin verran toimintaa, kaikki eivät mahdu kursseille. Lopulliseen tarjontaan vaikuttaa myös pätevien ohjaajien saanti. Ikäihmisille suunnattu esteetön kuntosali olisi myös tarpeellinen. (Tammivaara K. Tuuri T. 29.8.2013)

Liikunnan ja tanssin kursseja lukuvuodelle 2013–2014 on suunniteltu noin 237 ja ilmoittautuneita kursseille on yhteensä 5143 (brutto-opiskelija). Noin 10% kursseille osallistuvista on yli 65 –vuotiaita eli noin 500 (arvio). Monessa ryhmässä (esim. jooga) ikähaitari voi olla opiskelijasta ikäihmiseen. Puhtaasti erityisryhmille suunnattuja liikunta- ja tanssikursseja on noin 20, joissa käy yli 400 eri-ikäistä osallistujaa. (Tammivaara K. Tuuri T. 29.8.2013)

## **8.2 Yhteistyö nuorisopalveluiden kanssa**

Seinäjoen kaupungin nuorisopalvelut tarjoaa monipuolisia harrastus- ja toimintamahdollisuuksia alle 29-vuotiaille nuorille. Nuorisopalvelut pyrkii monella eri tapaa olemaan nuorten elämässä mukana mm. internetissä, tapahtumissa, nuorisotiloilla, kouluilla ja harrastuksissa. (Seinäjoen Kaupunki. Nuorisopalvelut. Luettu 16.12.2013)

Liikunta- sekä nuorisopalvelut ovat tehneet yhteistyötä eri muodoissa lähes vuosittain. Yhteistyötä on ollut erilaisten tapahtumien järjestelyissä ja toteutuksessa, ryhmäytyksissä sekä vastaavanlaisissa tapahtumissa ja tilaisuuksissa. Yhteistyökuviot ovat muodostuneet aina kunkin toimintakauden mukaan eikä niin sanottuja perinteisiä joka vuotisia yhteistyökuvioita ole säännöllisesti. (Koivuluoma M. Tuuri T. 13.12.2013.)

Syksyllä 2013 aloitettiin yhteistyö kohdennetun nuorisotyön kanssa kuntosalipastuksen merkeissä. Kohdennetun nuorisotyön tarkoitus on tavoittaa tuen tarpeessa olevia nuoria ja löytää heille apua ja tukea. Kohdennetulla nuorisotyöllä on salivuoro keski- viikkoisin sekä kuntosalivuoro tiistaisin Lintuviidan koululla.

Liikuntapalveluiden liikunnanohjaaja kävi lokakuussa 2013 ensimmäisellä kuntosalikeralla opastamassa laitteisiin sekä antoi ohjeet sekä ohjelman kuntosalityöskentelyyn. Yhteistyötä jatketaan opastuksien merkeissä mahdollisesti aina syys- ja kevätkausilla kerran tai kaksi riippuen, kuinka kuntosalilla käy nuoria ja mikä on sen hetkinen tarve. (Koivuluoma M. Tuuri T. 13.12.2013.)

Liikuntapalveluiden ongelmana on ollut tavoittaa nuoria, jotka eivät liiku riittävästi ja ovat passivoituneet liikunnan osalta sekä erityisnuoria, joilla on kehitysvammaa tai pitkäaikaissairautta. Nuorisopalvelut tarjoavat vapaa-ajanvietto mahdollisuuden Hylykallion nuorisotiloissa viikoittain erityisnuorille integroituna muiden nuorten kanssa. Liikuntapalvelut lähtee kartoittamaan yhteistyötä Hylykallion nuoriso-ohjaajan kanssa erityisnuorten toiminnasta nuorisotilojen yhteydessä tarjoamalla mahdollisesti esimerkiksi kerran viikossa tai kuukaudessa liikunnallista ohjausta ja toimintaa. (Koivuluoma M. Tuuri T. 13.12.2013.)

Nuorisopalveluille on tullut kyselyjä nuorten sählyvuorosta, jossa saisi pelailla ohjatusti, mutta ei kuitenkaan olisi kilpailuihin tähtäävää toimintaa. Ohjattua sählyvuoroa pyritään järjestämään kevään 2014 aikana uimahalli-urheilutalolla yläasteikäisille nuorille. Mikäli vuoro kerää nuoria sählyn pariin viikoittain, jatketaan ryhmän toimintaa yhteistyössä liikuntapalveluiden kanssa. (Koivuluoma M. Tuuri T. 13.12.2013.)

Muita yhteistyömalleja haetaan aina toimintakausien myötä. Erilaiset tapahtumat sekä ulkopuolelta tulevat yhteistyöpyynnöt tuovat lisää yhteistyökuvioita ja osallistuvaa toimintaa liikunta- ja nuorisopalveluiden välille. Tämän kehittämissuunnitelman myötä pyritään luomaan tiiviimpää ja mahdollisesti säännöllistä yhteistyötä sektoreiden välille. (Koivuluoma M. Tuuri T. 13.12.2013.)

### **8.3 Yhteistyö teknisen sektorin kanssa**

Tekninen sektori toimii sekä vastaa yhteistyössä liikuntapalveluiden kanssa esteettömästi liikuntapaikkarakentamisesta. Kaupungissamme toimii Esteetön liikkuminen- toimikunta, jonka tarkoituksena on kartoittaa sekä olla rakennusvaiheessa mukana muun

muassa liikuntatilojen, kuntoratojen sekä luontoreittien suunnittelussa, rakentamisessa sekä käyttöönotossa. ( Tuuri T. 13.12.2013.)

Erilaisten hankkeiden mukanaolo esteettömässä rakentamisessa on otettu kaupungisamme huomioon. Hankkeet edesauttavat entisestään esteetöntä rakentamista. Yksi teknisen sektorin tärkein tehtävä esteettömässä liikkumisessa on teiden ja vapaa-ajanalueiden kunnossapito sääolosuhteiden mukaan. Se takaa kaikille asukkaille esteettömän liikkumisen. ( Tuuri T. 13.12.2013.)

Kaupunkimme esteetöntä liikkumista kehittäessä sekä liikuntatiloja suunniteltaessa on otettava esteettömyys tärkeään osaan. Esteettömien liikuntatilojen suunnitteluvaiheessa tulisi ottaa asiantuntijatahot käyttöön, jolloin heiltä saatu tieto otetaan heti huomioon. ( Tuuri T. 13.12.2013.)

Esteetöntä toimikuntaa tulee käyttää liikuntarakentamisen lisäksi myös puisto- sekä tiealueiden suunnittelussa ja rakentamisessa. Pienillä korjauksilla, muun muassa lisäämällä puistonpenkkejä puistoalueille, parannetaan jo huomattavasti esteetöntä liikkumista. ( Tuuri T. 13.12.2013.)

Hyviä hankkeita teknisen sektorin kanssa yhteistyössä ovat olleet Esteetön Jouppilanvuori- hanke, joka oli erittäin tarpeellinen. Hankkeella saatiin toimiva esteetön luontoreitti Jouppilanvuoren kuntoratojen yhteyteen. Erilaiset koulujen, liikuntapalveluiden sekä teknisen sektorin kanssa toteutetut koulujen yhteyteen rakennetut lähiliikuntapaikat ovat toimivia ratkaisuja lähiliikuntaa toteutettaessa. ( Tuuri T. 13.12.2013.)

#### **8.4 Yhteistyö sosiaali- ja terveysalan oppilaitosten kanssa**

Seinäjoen ammattikorkeakoulun ja palvelualojenoppilaitosten sosiaali- ja terveysalan yksiköiden opiskelijoita tulee hyödyntää soveltavassa liikuntatoiminnassa kaupungisamme. Soveltavan liikunnan osalta on ollut jonkin verran yhteistyötä fysioterapia- ja lähihoitajaopiskelijoiden kanssa, mutta yhteistyötä tulisi kehittää entisestään. ( Tuuri T. 13.12.2013.)

Vuosittainen säännöllisesti toimiva yhteistyökuvio fysioterapiaopiskelijoiden sekä lähihoitajaopiskelijoiden kanssa on ollut Soveltava talviliikuntapäivä Joupiskän rinnekeskuksessa aina kevättalvisin. Tapahtuma on toiminut ja kokoaa alueen kouluista, laitoksista, päiväkodeista, toimintakeskuksista sekä yksityisistä henkilöistä paljon osallistujia kokonaismäärän ollessa vuosittain noin 600–700 henkilöä. Muita yhteistyö kuvioita on ollut tutustumiskäynnit liikuntapalveluiden ryhmissä sekä toimintapäiviin osallistuminen. ( Tuuri T. 13.12.2013.)

Suuri tarve sekä yhteistyön laajentaminen alan opiskelijoiden osalta olisi liikuntaryhmien ohjaustoiminnassa sekä avustustehtävissä. Jo opintokokonaisuuksia suunniteltaessa tuli käytännön toiminta ottaa huomioon ja hyödyntää yhteistyötä käytäntöä tarjoavilta tahoilta. Tällainen yhteistyö palvelisi niin opiskelijoita kuin muita alan toimijoita. ( Tuuri T. 13.12.2013.)



## 9 Kehittämistoimenpiteet

Kehittämistoimenpiteet ovat laadittu kunkin sektorin kanssa yhteistyössä. Toimenpiteet ovat jokaisen yksittäisen sektorin toimintaa kehittäviä, mutta myös yhteistyötä tiivistäviä toimenpiteitä liikuntapalveluiden suuntaan.

Liitteessä 1. löytyy kehittämistyöryhmän työtä helpottava kaavio, joka on luotu yhteisten kehittämissuuntien tueksi. Kaaviosta näkyy suunnitelman eteneminen toimenpiteiden vuositason yhteistyöhön nojaten.

### 9.1 Liikuntapalveluiden kehittämistoimenpiteet

Yhteistyössä vs. erityisliikunnan koordinaattorin kanssa on luotu seuraavat kehittämistoimenpiteet kehitettäessä kaupungin soveltavaa liikuntaa. Kehittämistoimenpiteet on mietitty niin, että ne palvelisivat tulevaisuudessa mahdollisimman hyvin liikuntapalveluita sekä yhteistyötä muiden sektoreiden kanssa. (Tuuri T. 13.12.2013.)

- Avoimia soveltavan liikunnan liikuntaryhmiä tulisi lisätä.
- Parantaa tiedottamista, jolloin niin sanotuista suljetuista ryhmistä päästäisiin pois.
- Päätoimisten liikunnanohjaajien työnkuvien uudelleenorganisointi sekä nimikkeiden päivittäminen toisi lisäresursseja ohjaustyöhön. Tämä poistaisi myös tuntiohjaajien määrää, joka olisi kunnalle säästö, mutta toisi vakituisia ohjaajia lisää liikuntapalveluille.
- Liikuntaryhmät sekä ohjaajien toimenkuvat tulisi suunnitella ja organisoida niin, että tarvittaessa jokaisella ryhmällä olisi viikoittain ohjaaja, joka ei kuitenkaan kuormittaisi liikaa muiden vakituisten ohjaajien työtä.
- Liikunnanohjaajan toimen perustaminen toisi kasvavalle paineelle helpotusta liikuntapalveluiden toimintaan. Tämä toisi myös pitkällä aikavälillä säästöjä sosiaali- ja terveystoimelle.
- Vakituisen henkilökunnan säännöllinen kouluttaminen sekä koulutuksiin ohjaaminen tulisi olla mahdollista sekä aktiivisempaa.

- Koordinaattorin toimenkuvaa tarkistettava niin, että hänen työpanostansa saataisiin myös entistä enemmän hankkeisiin, yhteistyöprojekteihin sekä soveltavan liikunnan markkinointiin. Tämä takaisi muun muassa palveluketjun parantumista eri sektoreiden välille.
- Tuntisuunnittelussa voisi ottaa huomioon niin sanotun starttikurssi periaatteen. Kuntosaliohjausta pyrittäisiinkin järjestämään kurssityyppisesti esimerkiksi viiden tai kahdeksan kerran kursseina, jonka tavoitteena olisi saada asiakkaat ymmärtämään kuntosaliharjoittelun idean ja tavoitteet sekä opastaa ja ohjata heitä harjoittelussa. Kurssiluontoinen toiminta toisi lisäresursseja kuntosaliohjauksiin ja saisimme uusia asiakkaita ryhmiimme.
- Vertaisohjaaja toimintaa kehitetään ja kannustetaan entistä enemmän koulutuksien sekä yhteistapaamisten merkeissä.
- Liikunta- ja sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijoiden hyödyntäminen entistä enemmän liikuntapalveluiden ohjaustoiminnassa esimerkiksi ohjaajina tai avustajina. Harjoittelupaikkojen markkinointi myös AMK – opiskelijoiden tietoisuuteen.
- Soveltavan liikunnan kalenterista tehtäisiin jatkumo joka toimintakaudeksi, jolloin se parantaa soveltavan liikunnan markkinointia sekä yhteistyötä eri toimijoiden välillä.
- Kohdeavustusten jakamisessa tulee huomioida soveltava liikunta sekä osoittaa soveltavaa liikuntaa järjestäville tahoille kohdennetut rahat.
- Maksuttomat liikuntatilat tukevat myös järjestöjen sekä urheiluseurojen soveltavaa liikuntaa erityistä tukea tarvitseville liikkujille.
- Liikuntaystävä-toimintaa voisi laajentaa sekä hyödyntää entisestään, jolloin liikuntapalvelut saisi avustajia liikuntaryhmiin.
- Kaupungin liikuntahalleja tulee hyödyntää entistä enemmän soveltavaan liikuntaan.
- Liikuntapalveluilla tulee olla kauden alussa etuoikeus varata liikuntatiloja omille liikuntaryhmille, ennen kuin vakiovuoroja on muualle jaettu. Liikuntatiloja tulisi ottaa liikuntapalveluiden käyttöön myös enemmän ilta-aikaan, jolloin pystyisimme tarjoamaan lapsiperheille sekä työikäisille erityisliikkujille enemmän palveluita.
- Liikuntapaikat koulujen osalta tulisi kartoittaa, jolloin ryhmiä pystyisi ohjaamaan parempiin tiloihin sekä esteettömät liikuntatilat tulisi selkeästi liikuntapalveluiden tietoon.

- Koulutusten järjestäminen yhteistyössä valtakunnallisten tahojen kanssa. Tämä kannustaisi järjestöjä sekä urheiluseuroja järjestämään liikunnallista toimintaa myös erityisliikkuville.

## 9.2 Sosiaali- ja terveystoimen kehittämistoimenpiteet

Seuraavat kehitystoimenpiteet on luotu yhteistyössä alan toimijoiden kanssa. Kehittämistoimenpiteet tulisi ottaa huomioon suunniteltaessa toimivaa soveltavan liikunnan palveluketjua. (Skoglun S. Kontsas H. Tuuri T. 30.8.2013. Salovaara P. Tuuri T. 11.10.2013.)

- Palveluketju ideologiaa työstettävä edelleen käytäntöön asti. Toimivalla palveluketjulla saataisiin asiakkaat oikeisiin liikuntaryhmiin.
- Soveltavan liikunnan ryhmiä tulisi tuottaa enemmän yhteistyössä eri sektoreiden kanssa ilman palveluntuottajien välistä kuilua.
- Sosiaali- ja terveystoimen henkilöstön liikunnallinen kouluttaminen yhteistyössä liikuntapalveluiden kanssa.
- Henkilöstön kouluttaminen työajalla sekä työnantajan kustantamana.
- Vapaaehtoistoiminnan sekä järjestöjen kannustaminen sekä kouluttaminen vapaaehtoistoimijoiksi palveluita tuottavien yksiköiden asiakkaille. Ikäihmisten kävelykaveri tai vertaisohjaaja periaatteella.

## 9.3 Koulujen soveltavan liikunnanopetuksen kehittämistoimenpiteet

Koulujen soveltavan liikunnan opetuksen kehittämistoimenpiteet ovat luotu yhteistyössä alan toimijoiden kanssa. Kehittämistoimenpiteet tulisi ottaa huomioon suunniteltaessa sekä kehitettäessä soveltavaa liikuntaa perusopetuksessa. (Järvi V. Tuuri T. 29.11.2013.)

- Vuosittain ennen toimintakauden alkua liikunnallisia virikepäiviä koulunkäyntiavustajille, aamupäivä- sekä iltapäiväohjaajille ja opettajille yhteistyössä liikuntapalveluiden kanssa. Virikepäivät/koulutukset tulisi olla osallistujille työaikaa, jolloin kan-

nustetaan ja motivoidaan koulutuksiin osallistujia liikunnalliseen toimintaan arjen työssä.

- Koulujen liikunnallisten kerhojen sekä hankkeiden tukemista sektoreittain tarjoamalla esimerkiksi tiloja, välineitä sekä koulutusta. Mahdollistamaan kaikille avointa liikuntaa matalalla kynnyksellä kerhotoiminnan kautta.
- Alan opiskelijoiden hyödyntäminen muun muassa koulujen liikunnallisten kerhojen toiminnassa.
- Liikunnallisten vapaa-ajanryhmien tiedotus koulujen sekä nuorisotilojen kautta kotiin.

## 10 Pohdinta

Liikunnan- ja vapaa-ajan koulutusohjelman aikuisopiskelun myötä syntyi opinnäytetyö Soveltavan liikunnan kehittämissuunnitelma 2014 – 2017 Seinäjoen kaupunki. Opinnäytetyön prosessissa on ollut mukana Seinäjoen kaupungin erityisliikunnan työryhmä koostuen kaupungin eri sektoreiden edustajista. Yhteistyöllä on syntynyt entistä kattavampi sekä toiminnallisempi soveltavan liikunnan kehittämissuunnitelma. Toiminnallisuuden tueksi on työssä osoitettu käytännön toimenpide-ehdotukset eri sektoreittain ( luvut 9.1 – 9.3) sekä liitteenä (Liite 1.) oleva kaavio kehittämissuunnitelman etenemisestä. Tulevat vuodet osoittavat kuinka toimivaksi työvälineeksi kehittämissuunnitelma muodostuu.

Työn myötä liikuntapalveluiden kehittämiskohteiksi omalla sektorillaan nousi hyvinkin konkreettisia kehittämis ehdotuksia joita täytyy miettiä tarkoin tulevaisuutta ajatellen. Päällimmäisenä nousi liikunnanohjaajien työnkuvien muutos sekä lisäresurssien tarve. Työn väestöselvityksen mukaan Seinäjoen väkiluku lisääntyy 1,5 % vuoteen 2020 mennessä. Ikääntyvä väestö lisääntyy sekä mielenterveysongelmat yleistyvät koko väestön keskuudessa. Uudelleen organisoinnilla, lisäresursseilla sekä koulutuksilla taataan tasavertainen ja laadukas soveltavan liikunnanohjauksen palvelu kaupungissamme.

Liikunnallista palveluketju periaatetta on pyritty luomaan kaupungissamme jo useamman vuoden ajan. Edelleen kehitettävää on eri palveluiden tarjoajien välillä. On osattava luoda uusia käytäntöjä ja toimintatapoja, joilla palveluketjua saadaan viedyksi eteenpäin. Erilaiset tiedotuskanavat ja markkinointi mahdollistaa entistä paremman ja kattavamman palvelun eri sektoreilla. Liikunnallisen palvelun laadukas tarjonta kaupungissa voi mahdollistaa säästöjä sosiaali- ja terveystaloudelle.

Kuntalaisten omaehtoisen liikunnan lisääminen yhteistyössä muiden sektoreiden kanssa erilaisilla tapahtumilla sekä erilaisilla avustuksilla, vuosikorteilla, koulutuksilla sekä hankkeilla luodaan puitteet toimivalle palveluketjulle. Sosiaali- ja terveystoimen, opetustoimen sekä liikuntapalveluiden yhteistyö erilaisten liikunnallisten koulutuksien osalta toisi edullisia lisäresursseja liikunnalliseen työhön omissa työyksiköissä.

Erityisoppilaiden opettajien sekä ohjaajien työryhmän mietintönä tuli opinnäytetyön työstämisen yhteydessä ajatuksia, kuinka saisimme erityistä tukea tarvitsevat lapset ja nuoret liikkumaan myös vapaa-aikanaan. Erityisesti kaivattiin mainonnan ja markkinoinnin lisäämistä koulujen ja nuorisopalveluiden kautta. Näiden kanavien parantaminen olisi erityisen tärkeää. Silloin tavoitettaisiin ne henkilöt, jotka kaipaavat liikuntaa ja sosiaalisia kontakteja myös koulun ulkopuolella. Vapaa-ajan harrastusten aikatauluttaminen on myös tärkeää. Harrastusten on alettava niin, että vanhemmat ehtivät kuljettaa lapsia ja nuoria harrastuksiin.

Koulut kokevat myös fysioterapia opiskelijoiden hyödyntämisen tärkeäksi yhteistyöksi. Kehitysideana olisikin sisällyttää enemmän käytännön harjoituksia ja tilanteita yhteistyössä erityisopetusryhmien kanssa. Myös muiden alan opiskelijoiden sekä eri sektoreiden hyödyntäminen työssä olisi kannattavaa. Tuolloin saataisiin sektoreille lisää avustajia liikunnalliseen työhön, mutta myös alan opiskelijoille tärkeää käytännön koulutusta tulevaa työelämää varten.

Työn tuloksena voimme osoittaa, että käytännön puitteet sekä raamit toimivalle soveltavalle liikunnalle ovat olemassa Seinäjoen kaupungissa. Niiden oikea kohdentaminen oikeille väestöryhmille sekä selkeät yhteistyökuviot eri sektoreiden välillä, mainonta ja markkinointi tuovat toimivampaa palveluketjua lähemmäs kuntalaisia. Vuosittaisilla erityisliikunnan työryhmän kokouksilla täytyisi pystyä todentamaan kehittämissuunnitelman edistymistä vuositason tasolla. Viimeistään vuonna 2017 kehittämissuunnitelmaa tulisi päivittää ja saattaa valmiuteen seuraavaa kautta varten ja esittää se lautakunnassa päättäjätasolle asti.

## Lähteet

Finlex. Liikuntalaki. Luettavissa:

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19981054>. Luettu 19.12.2013.

Järjestöalo Seinäjoki. Toimintaperiaate. Luettavissa:

[http://www.jarjetotaloseinajoki.net/?page\\_id=14](http://www.jarjetotaloseinajoki.net/?page_id=14). Luettu 17.10.2013

Järjestöalo. Järjestöt. Luettavissa: [http://www.jarjetotaloseinajoki.net/?page\\_id=53](http://www.jarjetotaloseinajoki.net/?page_id=53).

Luettu: 19.12.2013.

Järvi V. Erityisopetuksen rehtori. Seinäjoen kaupunki. Sähköpostiviesti. 4.2.2014.

Järvi V. Erityisopetuksen rehtori. Seinäjoen Kaupunki. Tuuri T. vs. Erityisliikunnan koordinaattori. Seinäjoen Kaupunki. Palaveri 29.11.2013.

Kela. Kelasto-raportit. Kela/tilastoryhmät. NIT099A. Luettavissa:

<http://raportit.kela.fi/linkki/52418404>. Luettu 16.10.2013.

Kela. Kelasto-raportit. Kela/tilastoryhmät. NIT132A. Luettavissa:

<http://raportit.kela.fi/linkki/46624275>. Luettu 16.10.2013.

Kela. Kelasto-raportit. Kela/tilastoryhmät. NIT147B. Luettavissa:

<http://raportit.kela.fi/linkki/4303741>. Luettu 16.10.2013.

Kela. Kelasto-raportit. Kela/tilastoryhmät. NIT174A. Luettavissa:

<http://raportit.kela.fi/linkki/7669172>. Luettu 16.10.2013.

Kela. Kelasto-raportit. Kela/tilastoryhmät. NIT174B. Luettavissa:

<http://raportit.kela.fi/linkki/68877674>. Luettu 16.10.2013.

Kivimäki S. Erityisliikunnankoordinaattori. Seinäjoen Liikuntapalvelut. Sähköpostiviestit sekä muistiinpanot erityisliikunnantyöryhmä. 2005 – 2013.

Koivuluoma M. Nuoriso-ohjaaja. Nuorisopalvelut. Seinäjoen Kaupunki. Tuuri T. vs. Erityisliikunnan koordinaattori. Seinäjoen Kaupunki. Palaveri 13.12.2013.

Kontsas H. Fysioterapia. Skoglund S. Fysioterapia. Terveyskeskus. Seinäjoen kaupunki. Tuuri T. vs. Erityisliikunnan koordinaattori. Seinäjoen Kaupunki. Palaveri 30.8.2013.

Korkonen T. Kotihoidon fysioterapeutti. Seinäjoen Kaupunki. Tuuri T. vs. Erityisliikunnan koordinaattori. Seinäjoen Kaupunki. Palaveri 20.9.2013.

Kunnat. Liikunnan asema lainsäädännössä. Luettavissa:

<http://www.kunnat.net/fi/asiantuntijapalvelut/opeku/kulti/liikunta/liikuntalaisaadanto/Sivut/default.aspx>. Luettu 15.10.2013

Liikuntalaki. Luettavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19981054#L1P1>. Luettu: 8.7.2013

Liikuntatieteellinen Seura, Soveltava liikunta. Luettavissa: <http://lts.fi/soveltava-liikunta>. Luettu: 8.7.2013

Mälkiä E, Rintala P. 2002. Uusi erityisliikunta - Liikunnan sovellukset erityisryhmille. Tammer-Paino Oy. Tampere.

Nyman H., Tilastosuunnittelija. Eläketurvakeskus. Sähköpostiviesti. 20.8.2013.

Opetus- ja kulttuuriministeriö: Luettavissa:

[http://www.minedu.fi/OPM/Tiedotteet/2012/06/VN\\_tuntijako.html](http://www.minedu.fi/OPM/Tiedotteet/2012/06/VN_tuntijako.html). Luettu 30.1.2014.



Opetusministeriö. 2003. Valtion liikuntaneuvosto. Erityisryhmien liikunnan kehittämisohjelman 2003 – 2005. Opetusministeriön julkaisuja 2003:12. Edita Prima Oy, Helsinki. Luettavissa:

[http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2003/liitteet/opm\\_101\\_opm12.pdf?lang=fi](http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2003/liitteet/opm_101_opm12.pdf?lang=fi). Luettu: 26.2.2014.

Piispanen T. Erityisliikunnan kehittäminen kunnissa –Erityisliikuntaa kuntiin 2007 – 09 –kehittämis- ja konsultointiprojekti Loppuraportti. 2010. Kirjapaino T-Print. Hyvinkää.

Rintala P, Huovinen T, Niemelä S. 2012. Soveltava liikunta. Tammerprint Oy. Tampere.

Salovaara P. Seinäjoen Kaupunki. Tuuri T. vs. Erityisliikunnan koordinaattori. Seinäjoen Kaupunki. Palaveri 11.10.2013.

Seinäjoen Kaupunki. Erityisryhmien ja senioreiden uinti- ja kuntosalikortti. Luettavissa: <http://www.seinajoki.fi/kulttuurijaliikunta/liikuntapalvelut/liikunnanohjauspalvelut/erityisliikuntaryhmat/erityisryhmienjasenioreidenuinti-jakuntosalikortti.html>. Luettu 19.12.2013.

Seinäjoen kaupunki. Budnetti. Luettavissa:

<https://budnetti.seinajoki.fi:8443/budnetti/budnetti>. Luettu 1.7.2013

Seinäjoen Kaupunki. Liikuntapalvelut, Erityisliikunnan avustus. Luettavissa:

<http://www.seinajoki.fi/kulttuurijaliikunta/liikuntapalvelut/avustukset/soveltavanliikunnanavustus.html> Luettu 15.10.2013

Seinäjoen kaupunki. Liikuntapalvelut, Liikunnan ohjauspalvelut. Luettavissa:

<http://www.seinajoki.fi/kulttuurijaliikunta/liikuntapalvelut/liikunnanohjauspalvelut.html>. Luettu 15.10.2013.

Seinäjoen Kaupunki. Nopsa-Palveluliikenne. Luettavissa:  
<http://www.seinajoki.fi/asuminenjaymparisto/kadutjaliikenne/joukkoliikenne/palveluliikenne/nopsa-palveluliikenne.html>. Luettu 18.12.2013.

Seinäjoen Kaupunki. Nuorisopalvelut. Luettavissa:  
<http://www.seinajoki.fi/kulttuurijaliikunta/nuorisopalvelut.html>. Luettu 16.12.2013.

Seinäjoen Kaupunki. Perusopetus. Luettavissa:  
<https://www.seinajoki.fi/varhaiskasvatusjakoulutus/perusopetus.html>. Luettu 3.2.2014.

Seinäjoen Kaupunki. Seili-Palveluliikenne. Luettavissa:  
<http://www.seinajoki.fi/asuminenjaymparisto/kadutjaliikenne/joukkoliikenne/palveluliikenne/seili-liikenne.html>. Luettu 18.12.2013

Seinäjoen kaupunki. Varhaiskasvatus ja koulutus. Kerhotoiminta. Luettavissa:  
[http://www.seinajoki.fi/varhaiskasvatusjakoulutus/perusopetus/opetuksenkehittaminen\\_2/opetustoimenhankkeita/kerhotoiminta.html](http://www.seinajoki.fi/varhaiskasvatusjakoulutus/perusopetus/opetuksenkehittaminen_2/opetustoimenhankkeita/kerhotoiminta.html). Luettu: 19.12.2013.

Seinäjoen Kaupunki. Ylistaron palveluliikenne. Luettavissa:  
<http://www.seinajoki.fi/asuminenjaymparisto/kadutjaliikenne/joukkoliikenne/palveluliikenne/ylistaronpalveluliikenne.html>. Luettu 18.12.2013.

Seinäjoen Kaupunkistrategia 2013 – 2020. Luettavissa:  
<http://www.seinajoki.fi/seinajoenkaupunki/kaupunkikehittyys/kaupunkistrategia.html>. Luettu 15.10.2013

Seinäjoen Liikuntastrategia. Luettavissa:  
<http://www.seinajoki.fi/kulttuurijaliikunta/liikuntapalvelut/liikuntalautakunta/liikuntastrategia.html>. Luettu 15.10.2013

Seinäjoki. Liikuntahallit ja uimahalli. Luettavissa:  
<https://www.seinajoki.fi/kulttuurijaliikunta/liikuntapalvelut/liikuntapaikat/liikuntahallit.html>. Luettu 25.2.2014.

Seinäjoki. Seinäjoki tilastoissa. Luettavissa:  
<https://www.seinajoki.fi/seinajoenkaupunki/tietoaseinajoesta/seinajokitilastoissa.html>.  
Luettu 3.10.2013

Seppänen S. 2002. ”Koululiikuntaa kaikille” –Soveltavan liikunnanopetuksen täydennyskoulutus osallistujien arvioimana. Liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma. Liikuntakasvatuksen laitos. Jyväskylän yliopisto. Jyväskylä. Luettavissa:  
<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/9400/saseppa.pdf?sequence=1>.  
Luettu 26.2.2014.

Sironen A. Tukihenkilövalityksen vastaava. Järjestöalo. Tuuri T. vs. Erityisliikunnan koordinaattori. Seinäjoen kaupunki. Palaveri. 30.8.2013.

Särkipaju T. Liikuntapalvelupäällikkö. Seinäjoen Kaupunki. Sähköpostiviesti 28.1.2014.

Tammivaara K. Suunnittelijaopettaja. Kansalaisopisto. Tuuri T. vs. Erityisliikunnan koordinaattori. Seinäjoen Kaupunki. Palaveri 29.8.2013.

Tilastokeskus. Luettavissa:  
<http://tilastokeskus.fi/tup/kunnat/kuntatiedot/743.html?tulosta>. Luettu 3.10.2013.

Tuuri T. vs. Erityisliikunnan koordinaattori. Seinäjoen kaupunki. Palaveri 11.12.2014.

## Liitteet

### Liite 1. Seinäjoen kaupungin väestö osa-alueittain

Ylistaron alue	3092
- Ylistaron kirkonkylä	1847
- Ylistaron asemanseutu	493
- Alapää	471
- Kainasto	259
- Teräsmäki	22
Kylänpään alue	1301
- Untamala	205
- Kylänpää	847
- Hanhikoski	249
Lakeuden alue	2322
- Kitinoja	413
- Halkosaari	722
- Kiikku	141
- Niemistönmaa	1046
Läntinen alue	8912
- Alakylä	3271
- Jouppi	1835
- Jouppila	812
- Kultavuori	1193
- Huhtala	1763
- Pruukinranta	38
Kantakaupungin alue	12 186
- Keskusta	1373
- Itikka	15
- Marttila	1225

- Pohja	2527
- Rengastie	33
- Uppa	3504
- Puukapernaumi	671
- Kivistö läntinen	1847
- Hallila	991
 Kasperin alue	 5142
- Kivistö itäinen	1282
- Kasperi	2942
- Hallilanvuori	918
 Östermyran alue	 9064
- Törnävä	1187
- Simuna	1198
- Pajuluoma	2748
- Soukkajoki	1295
- Kärki	2636
 Keskiseinäjoen alue	 1222
- Ämmälänkylä	117
- Lehtimäenkylä	88
- Honkakylä	221
- Riskunmäki	195
- Viitala	601
 Peräseinäjoen alue	 2145
- Peräseinäjoki kk	1507
- Haapaluoma	365
- Luomankylä	273

Kihniän alue	468
- Kihniä	381
- Silta-Juupakylä	87
Nurmon alue	3629
- Nurmonjokilaakso	677
- Nurmo kk	1322
- Teppo	980
- Koliini	650
Ruuhikosken alue	1248
- Huumo	922
- Veneskoski	326
Hyllykallion alue	7738
- Hyllykallio	4380
- Kertunlaakso	1670
- Tanelinranta	1651
- Roves	13
- Kapernaumi	24
Koura	857
- Viitalankylä	280
- Koura	361
- Ylijoki	212
Tuntematon	234

(Tilastokeskus. Luettu 3.10.2013)

## Liite 2. Kehittämissuunnitelman toteutuskaavio

SOVELTAVAN LIKUNNAN KEHITTÄMISSUUNNITELMA 2014 – 2017  
SUUNNITELMAN TYÖSTÄMINEN SYKSY 2013 – KEVÄT 2014

ERITYISLIKUNNAN TYÖRYHMÄ MAALISKUUSSA 2014,  
SUUNNITELMAN HYVÄKSYMINEN

LIKUNTALAUTAKUNNAN KOKOUS MAALIS-  
KUUSSA 2014, KEHITTÄMISSUUNNITELMAN  
ESITTELY

KEHITTÄMISSUUNNITELMAN TOTEUTUS 2014 - 2017

### VUOSI 2014

- Toimintakauden 2014 – 2015 suunnittelu yhteistyössä eri sektoreiden kanssa, kevät 2014
- Kehittämissuunnitelman esittely kaupungin päättävälle taholle
- Soveltavan liikuntakalenterin työstäminen toimintakaudelle 2014 – 2015
- Tiedottaminen soveltavan liikunnan ryhmistä eri sektoreiden kanssa.
- Järjestöjen ja seurojen foorumi
- Liikunnallisia virike koulutuksia alueen toimijoille
- Yhteistyö lasten- ja nuorten soveltavassa liikunnassa koulutoimen kanssa, ”virikepäivä”?-> Ip-ohjaajat, koulunkäyntiavustajat
- Omien sektoreiden kehittäminen soveltavassa liikunnassa
- Kehittämistyöryhmän kokous -> katsaus suunnitelman toteutukseen

### VUOSI 2015

- Toimintakauden 2015 – 2016 suunnittelu yhteistyössä eri sektoreiden kanssa, kevät 2015
- Soveltavan liikuntakalenterin työstäminen toimintakaudelle 2015 – 2016
- Tiedottaminen soveltavan liikunnan ryhmistä eri sektoreiden kanssa.
- Järjestöjen ja seurojen foorumi
- Liikunnallisia virike koulutuksia alueen toimijoille
- Omien sektoreiden kehittäminen ja yhteistyö soveltavassa liikunnassa
- Kehittämistyöryhmän kokous -> katsaus suunnitelman toteutukseen

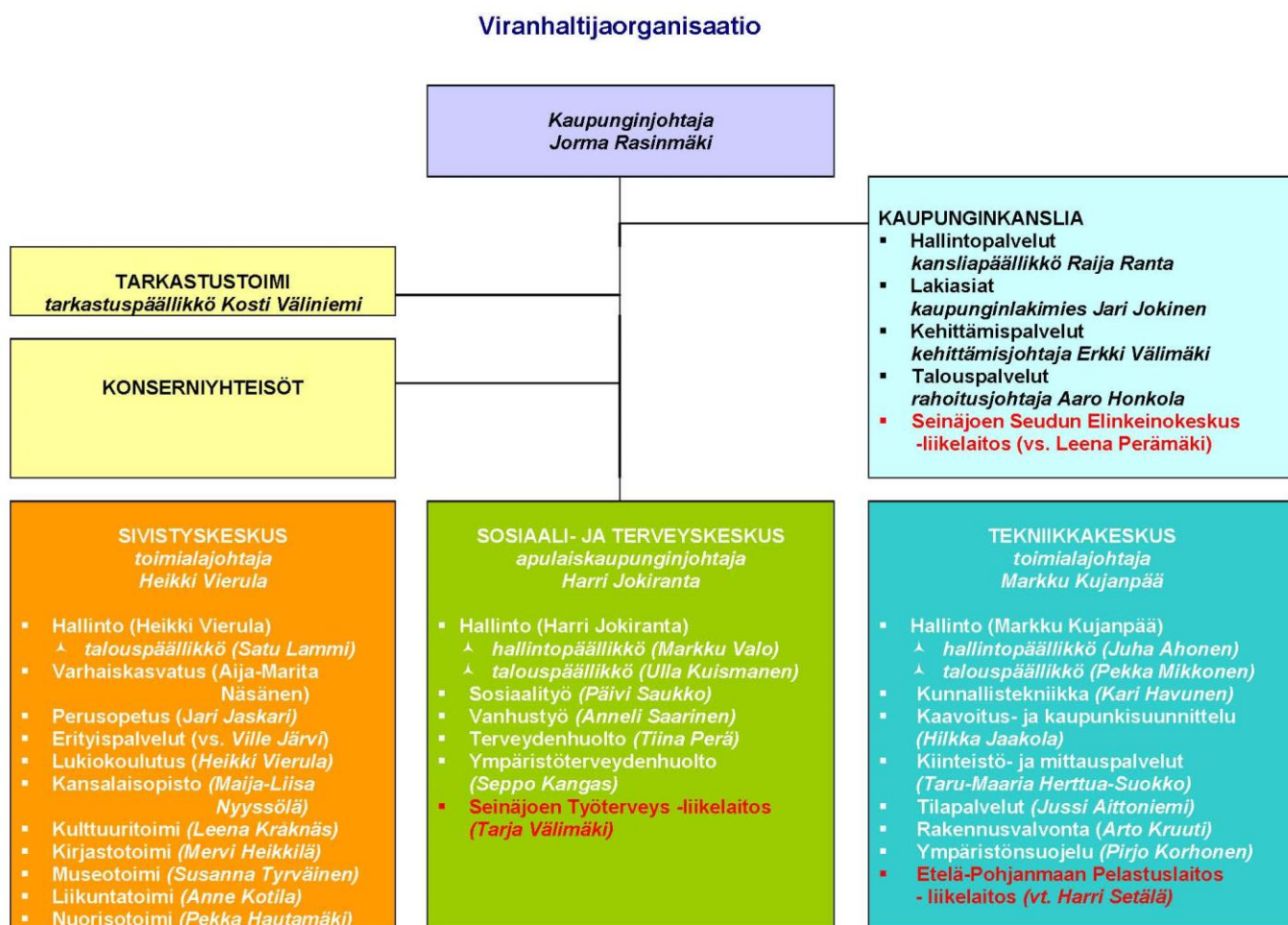
### VUOSI 2016

- Toimintakauden 2016– 2017 suunnittelu yhteistyössä eri sektoreiden kanssa, kevät 2016
- Soveltavan liikuntakalenterin työstäminen toimintakaudelle 2016 – 2017
- Tiedottaminen soveltavan liikunnan ryhmistä eri sektoreiden kanssa.
- Järjestöjen ja seurojen foorumi
- Liikunnallisia virike koulutuksia alueen toimijoille
- Omien sektoreiden kehittäminen ja yhteistyö soveltavassa liikunnassa
- Kehittämistyöryhmän kokous -> katsaus suunnitelman toteutukseen

### VUOSI 2017

- Toimintakauden 2017 – 2018 suunnittelu yhteistyössä eri sektoreiden kanssa, kevät 2017
- Soveltavan liikuntakalenterin työstäminen toimintakaudelle 2017 – 2018
- Tiedottaminen soveltavan liikunnan ryhmistä eri sektoreiden kanssa.
- Järjestöjen ja seurojen foorumi
- Liikunnallisia virike koulutuksia alueen toimijoille
- Omien sektoreiden kehittäminen ja yhteistyö soveltavassa liikunnassa
- Kehittämistyöryhmän kokous -> loppuraportti suunnitelman 2014 – 2017 toteutuksesta
- Uuden kehittämissuunnitelman työstäminen

### Liite 3. Seinäjoen Kaupungin viranhaltijaorganisaatio





## LIIKUNTAPALVELUT ORGANISAATIO

### LIIKUNTALAUTAKUNTA

pj Olli-Pekka Karjalainen

### Liikuntatoimenjohtaja

Anne Kotila

Hallinto toimistosihteerit: Ala-Hallila, Nissinen

### LIIKUNTAHALLIT

Liikuntapalveluesimies

Jari Mäkelä

#### UIMAHALLI-URHEILUTALO

Hallimestari Tuovila

Laitosmiehet Loppi, Lehto ja  
Torssonen

Toimistosihteerit Ilonen, Hakala

Suhonen ja Lahtela

Liikunnanohjaajat/ Uinninvalvojat 4

ilta/viklopun valvojat

#### NURMOHALLI

Hallimestari Kukkasela

Liikuntapaikkojen hoitajat 2

#### KIRMAU SHALLI

Laitosmies

Liikuntapaikkojen hoitajat 1,5

#### RITOLAHALLI

Hallimestari Liminka

Liikuntapaikkojen hoitajat 1,5

#### YLISTARON LIIKUNTAPALVELUT

### LIIKUNTAPALVELUT

Liikuntapalvelupäällikkö

Tanja Särkipaju

Erityisliikunnan koordinaattori

Sarika Kivimäki

Kuntohoitaja Söyrinki

Liikunnanohjaajat:

Iskala, Lähdesmäki,

Kalevo ja Tuuri

tuntiohjaajat

### LIIKUNTAPAIKKOJEN KUNNOSSAPITO

Kunnossapitopäällikkö

Jarmo Luuri

Jääurheilukeskus, urheilukentät  
ja -alueet, kuntoradat

Liikuntapaikkamestari Uitto  
(kantakaupunki)

Liikuntapaikkamestari Lahtinen  
(luontoreitit, ladut)

Liikuntapaikkamestari Kukkasela  
(Nurmon alue)

Liikuntapaikkamestari Puska  
(Jääurheilukeskus)

Liikuntapaikkojen hoitajat 12  
latujen kunnossapitoon 3hlöä

(puistotoimesta)

Kenttämestari Kuivinen

Työnjoht. Ilomäki (Pjoen alue/tevi)

## **Liite 5. Erityisryhmien Uinti- ja kuntosalikortin myöntämisperusteet, Kela-tunnukset**

- Adhd, autismi, dysfasia (F 80.2 ja 80.1)
- Astmaatikot: KELA-kortin tunnus 203
- AVH- sairaudet (esim. Afasia)
- CP- ja kehitysvammaiset
- Diabeetikot: KELA- kortin tunnus 103
- Elinsiirtopotilaat
- Epileptikot: KELA-kortin tunnus 111
- Etenevät keskushermoston sairaudet (diagnoosit G10-G13)
- Fibromyalgia (M79.0, M79.2)
- Invalidit: haitta-aste vähintään 50 % tai haittaluokka vähintään 11
- Kuulovammaiset (haittaluokka vähintään 8, vaikea kuulovamma)
- Lihastautia sairastavat: KELA-kortin tunnus 108
- MBD (diagnoosi F 90.0)
- Motoriikan kehityshäiriö (diagnoosi F 82)
- MS-potilaat: KELA-kortin tunnus 109 tai 303
- Näkövammaiset (haitta-aste 60 %, näkövammakortti)
- Parkinsonin tautia sairastavat: KELA-kortin tunnus 110
- Polion sairastaneet/ jälkitilat
- Psykiatriset sairaudet: KELA-kortin tunnus 112 tai 188
- Reumasairaat ja nivelpsoriasisista sairastavat: KELA-kortin tunnus 202 tai 313
- Sepelvaltimotautia sairastavat: KELA-kortin tunnus 206
- Sydämen vajaatoimintaa sairastavat: KELA-kortin tunnus 201
- Syöpäpotilaat